

သုတေသနစီမံကိန်းများမိတ်ဆက်

မြန်မာနိုင်ငံတွင် သုတေသနလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဆိုင်ရာ
အထောက်အကူပြုလမ်းညွှန်



ရေးသားပြုစုသူ

Anna Delany, LLM နှင့် Radka Antalíkova, PhD

ဘာသာပြန်ဆိုသူ နော်ဝေနှင်းကျော်

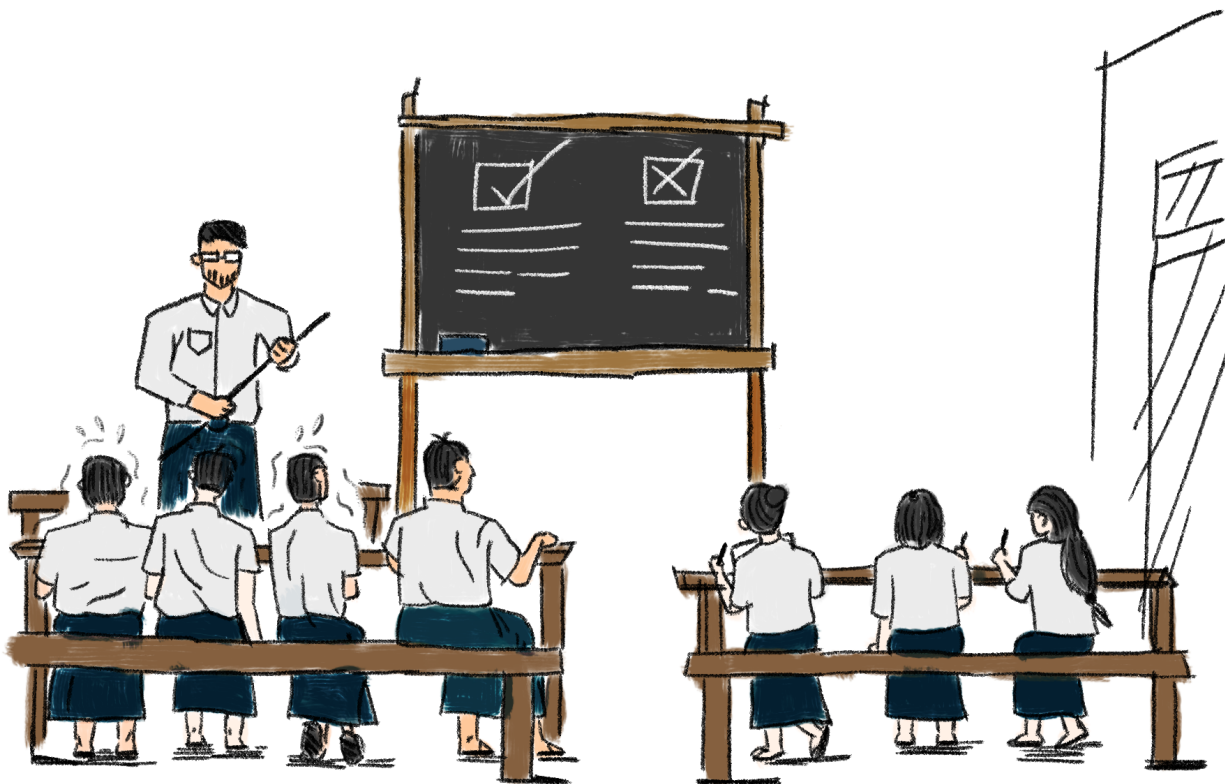
Educasia
Education in Context

မာတိကာ

မိတ်ဆက်	က
ဤလမ်းညွှန်အသုံးပြုနည်း	ဂ
၁။ သုတေသနဟူသည် အဘယ်နည်း။.....	၁
အဘယ်ကြောင့် သုတေသနပြုလုပ်ကြသနည်း။.....	၃
၂။ သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များ.....	၇
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၁၂
၃။ သုတေသနအကြောင်းအရာမှ သုတေသနမေးခွန်းဆီသို့.....	၁၃
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၁၈
၄။ နောက်ခံအကြောင်းအရာများဆိုင်ရာ အသိအမြင် (စာအုပ်စာတမ်းများလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း) ..	၁၉
စာအုပ်စာတမ်းများဟူသည်အဘယ်နည်း။.....	၁၉
စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ခြင်းဟူသည်အဘယ်နည်း။.....	၂၀
စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ရသည့် ရည်ရွယ်ချက်မှာ အဘယ်နည်း။.....	၂၀
စာအုပ်စာတမ်းများ မည်သို့ရှာဖွေမည်နည်း။.....	၂၂
စာအုပ်စာတမ်းများ မည်သို့ပြန်လည်သုံးသပ်မည်နည်း။.....	၂၅
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၂၈
၅။ မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ် ရွေးချယ်ခြင်း.....	၂၉
သုတေသနနည်းစနစ်ဟူသည် အဘယ်နည်း။.....	၂၉
အရည်အသွေးစံပြသုတေသနနည်းစနစ်	၂၉
အရေအတွက်စံပြသုတေသနနည်းစနစ်	၃၃
သင်၏သုတေသနနည်းစနစ် မည်သို့ရွေးချယ်မည်နည်း။.....	၃၈
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၄၂
၆။ သုတေသနနည်းလမ်းများ ရွေးချယ်ခြင်း.....	၄၃
တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ.....	၄၄
ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ.....	၄၆
စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ.....	၄၈
လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မှုများ	၅၀
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၅၄
၇။ သုတေသနနည်းလမ်းများချမှတ်ခြင်း.....	၅၅
မေးခွန်းအမျိုးအစားများ - အဖွင့်မေးခွန်း နှင့် အပိတ်မေးခွန်း.....	၅၅
မေးခွန်းများတည်ဆောက်ခြင်း.....	၅၇
တိကျသောလမ်းညွှန်ချက်များ.....	၆၀
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၆၆

၈။ ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုပြုလုပ်ခြင်း	၆၇
၉။ သုတေသနနမူနာရွေးချယ်ခြင်း.....	၇၁
သုတေသနပြုလုပ်မည့်လူဦးရေသတ်မှတ်ခြင်း	၇၂
နမူနာကောက်ယူနည်းများ.....	၇၃
နမူနာအရွယ်အစား.....	၇၆
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၇၈
၁၀။ အချက်အလက်ကောက်ယူရန်ပြင်ဆင်ခြင်း.....	၇၉
တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ (FGDs) အတွက်.....	၈၀
စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများအတွက်	၈၃
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၈၆
၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ.....	၈၇
အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်း.....	၈၈
အသိပေးသဘောတူညီချက်ရယူခြင်း.....	၈၉
ဒစ်ဂျစ်တယ်လုံခြုံရေး.....	၉၃
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၉၈
၁၂။ အရည်အသွေးစံပြု အချက် အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း	၉၉
အချက်အလက်များပြင်ဆင်ခြင်း	၁၀၀
အချက်အလက်များလျှော့ချခြင်း	၁၀၂
အချက်အလက်များတင်ပြခြင်း.....	၁၀၈
တွေ့ရှိချက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း	၁၁၀
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၁၁၄
၁၃။ အရေအတွက်စံပြု အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း	၁၁၅
အချက်အလက်များပြင်ဆင်ခြင်း	၁၁၆
ကိန်းရှင်များဆိုင်ရာအသိအမြင်	၁၂၁
အချက်အလက်များကို Microsoft Excel ထဲတွင် ထည့်သွင်းခြင်း.....	၁၂၂
ကိန်းရှင်တစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း.....	၁၂၄
ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း.....	၁၂၆
တွေ့ရှိချက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း	၁၂၉
လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ	၁၃၄
၁၄။ တွေ့ရှိချက်များတင်ပြခြင်းနှင့် အသုံးပြုခြင်း	၁၃၅
အကြံပြုချက်များထုတ်ဖော်ခြင်း.....	၁၃၆
တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များတင်ပြခြင်း	၁၃၇
တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ အသိပေး ဖြန့်ဝေခြင်း	၁၄၀

တွေ့ရှိချက်များ လက်တွေ့အသုံးပြုခြင်း.....	၁၄၂
လေ့ကျင့်ခန်းအဖြေများ	၁၄၅
ဝေါဟာရများ	၁၇၁
ကျမ်းကိုးစာရင်း	၁၇၇
နောက်ဆက်တွဲများ.....	၁၈၁
နောက်ဆက်တွဲ ၁။ မေးခွန်းများတည်ဆောက်ရာတွင် အသုံးပြုရန်ဇယား	၁၈၁
နောက်ဆက်တွဲ ၂။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းခြင်းနှင့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်းလမ်းညွှန် (ပုံစံ) ၁၈၂	
နောက်ဆက်တွဲ ၃။ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းပုံစံ	၁၈၃
နောက်ဆက်တွဲ ၄။ အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံ	၁၈၆
နောက်ဆက်တွဲ ၅။ အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် စစ်ဆေးရန်စာရင်း.....	၁၈၇
နောက်ဆက်တွဲ ၆။ သုတေသနအစီရင်ခံစာ နမူနာအကြမ်းဖော်ပြချက်	၁၈၈



မိတ်ဆက်

ဤလမ်းညွှန်သည် သုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် အဓိကကျသော သဘောတရားအယူအဆများနှင့် နည်းလမ်းများအကြောင်း လက်တွေ့လမ်းညွှန်စာအုပ် တစ်အုပ်အနေဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ရန်နှင့် တစ်ချိန်တည်းမှာပင် အသုံးပြုသူများအတွက် ၎င်းတို့၏ ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့အစည်းအတွင်း သုတေသန စီမံကိန်းများ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရာတွင် လိုအပ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုစွမ်းရည်များ တည်ဆောက်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ထားပါသည်။ ဤစာအုပ်ကို သုတေသနအတွေ့အကြုံမရှိသော လေ့လာသင်ယူသူများအတွက် စီစဉ်၍ ဒီဇိုင်းပုံစံချထားခြင်း ဖြစ်သော်လည်း ယခင်က သုတေသနအချို့ ပြုလုပ်ခဲ့ဖူးသူများအတွက်လည်း အခြေခံ အကိုးအကားစာအုပ်တစ်အုပ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်သည် မည်သူတို့အတွက်ဖြစ်သနည်း။

ဤလမ်းညွှန်သည် အဓိကအားဖြင့် -

- မြန်မာနိုင်ငံရှိ လူငယ် ရပ်ရွာခေါင်းဆောင်များ
- အရပ်ဘက်လူမှုအဖွဲ့အစည်းမှ ဦးဆောင်ဖွင့်လှစ်သည့် စာသင်ကျောင်းများရှိ ဆရာ/မများ
- သီးခြားသင်ကြားသင်ယူသူများ (ကိုယ်တိုင် လေ့လာနေသူများ)
- သုတေသနစီမံကိန်းတစ်ခု လုပ်ဆောင်ရန်နှင့် သုတေသနအစီရင်ခံစာ သို့မဟုတ် သုတေသနစာတမ်း တစ်စောင် ရေးသားရန် ပြင်ဆင်နေသော ကျောင်းသား/သူများ
- အဖွဲ့အစည်း၏ အကျိုးခံစားခွင့်ရှိသူများနှင့်အသုံးပြုရန် သို့မဟုတ် ဝန်ထမ်းများအတွက် လုပ်ငန်းစွမ်းဆောင်ရည် တည်ဆောက်လိုသော ရပ်ရွာလူထုအခြေပြုအဖွဲ့အစည်းများအတွက် ရည်ရွယ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်တွင် မည်သည်တို့ပါဝင်သနည်း။

ဤလမ်းညွှန်တွင်ပါဝင်သည့်အရာများမှာ -

- ဝေါဟာရနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းများအပါအဝင် အခန်း (၁၄) ခန်း
- အခန်း တစ်ခန်းချင်းစီအတွက် သင်ကြားသင်ယူမှုရလဒ်များ
- အခန်းများ အဆုံးတွင် နောက်ထပ်လေ့လာနိုင်ရန် ဖော်ပြထားသည့် စာအုပ်စာတမ်း သို့မဟုတ် အထောက်အထားများ

- လက်တွေ့သုတေသနစီမံကိန်းများတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့် ပုံစံဇယားများ
- လေ့ကျင့်ခန်းများအတွက် အဖြေမှန်များကို ရှင်းပြပေးထားသည့် အဖြေစာရင်း
- ဤလမ်းညွှန်တွင် အသုံးပြုထားသည့် အဓိက စကားရပ် အသုံးအနှုန်းများကို ရှင်းပြပေးထားသည့် ဝေါဟာရစာရင်း
- နောက်ထပ် သတင်းအချက်အလက်များအတွက် ရည်ညွှန်းထားသည့် ကျမ်းကိုးစာရင်း အပြည့်အစုံ

ဤလမ်းညွှန်သည် မည်သည့်အကြောင်းများကြောင့် တစ်မှုထူးခြားသနည်း။

- ဤလမ်းညွှန်အား အထူးသဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံရှိ လူငယ်လူရွယ်များ၏ လိုအပ်ချက်များ၊ နောက်ခံ အကြောင်းအရာများနှင့် သင်ကြားသင်ယူရာ ပတ်ဝန်းကျင်အနေအထား အသေးစိတ်တို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ ဒီဇိုင်းပုံစံချထားပါသည်။
- လေ့ကျင့်ခန်းများကိုလည်း တစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ အုပ်စုလိုက် သို့မဟုတ် အတွဲလိုက်ဖြစ်စေ သင့်လျော်သလို လုပ်ဆောင်နိုင်ပြီး နောက်ထပ် အထောက်အကူပြု အရင်းအမြစ်များမလိုအပ်ပါ (သို့သော် အချို့သော လေ့ကျင့်ခန်းများသည် အင်တာနက် အချိတ်အဆက်လိုအပ်ပါသည်)။
- ပညာရပ်ဆိုင်ရာ ဝေါဟာရများကို နားလည်လွယ်သည့် အသုံးအနှုန်းများဖြင့် ရှင်းပြပေးထားပြီး မူရင်းစာအုပ်တွင် အဆင့်မြင့်အလယ်တန်းအဆင့် (upper-intermediate) အင်္ဂလိပ်စာဖြင့် ရေးသားထားပါသည်။
- ၎င်းသည် အခြားပြင်ပစာအုပ်အများစုထက် ပို၍လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်သော လက်တွေ့လမ်းညွှန်စာအုပ်ဖြစ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်အသုံးပြုနည်း

ယခင်က သုတေသနမလုပ်ဖူးသောသူများအနေဖြင့် ကိုယ်ပိုင်သုတေသန စတင်မပြုလုပ်မီ ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်တစ်အုပ်လုံးကို ဖတ်ရှုလေ့လာထားရန်နှင့် ဖော်ပြထားသည့် လေ့ကျင့်ခန်းအများစုကိုကြိုတင်လုပ်ဆောင်ထားရန် အကြံပြုတိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်ပါ အခန်းများသည် သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များကို အစဉ်လိုက် စီထားခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် လမ်းညွှန်စာအုပ်အစမှ အဆုံးထိ အစဉ်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းသည် အသင့်လျော်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤစာအုပ်ဖတ်ရှုလေ့လာနေစဉ် ကိုယ်ပိုင်လုပ်ဆောင်လိုသည့် သုတေသန စီမံကိန်းတစ်ခုကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားသင့်ပါသည်။ သို့မှသာ ထိုအဆင့်များ အတိုင်း လက်တွေ့ လုပ်ဆောင်ပုံများကို စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်စာအုပ်အား သင်ကြားရေးဆိုင်ရာ အထောက်အကူပြုအရင်းအမြစ်တစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုမည့် ဆရာ/မများ အနေဖြင့် စာအုပ်ပါအကြောင်းအရာများကို ပိုမိုရှင်းလင်းလွယ်ကူအောင်ပြုလုပ်ကာ ရည်ညွှန်းစာအုပ် တစ်အုပ်အဖြစ် သို့မဟုတ် ကိုယ့်စိတ်ကြိုက် ဥပမာများ၊ လေ့ကျင့်ခန်းများ ထပ်မံဖြည့်စွက်ကာ ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ ကဏ္ဍသည် အထူးသဖြင့် သင့်အတွက် အသုံးဝင်ပါလိမ့်မည်။ ထို့ပြင် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အဖြေအမျိုးမျိုးပါဝင်သော လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ဖြစ်နိုင်ချေရှိသောအဖြေများနှင့် ဆွေးနွေးရန် အချက်များကို လေ့လာဖော်ထုတ်ရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။

သင်္ကေတများ

	ဤသင်္ကေတသည် အတန်းတွင်း သို့မဟုတ် တစ်ဦးချင်းစီပြုလုပ်နိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်းများကို ကိုယ်စားပြု ဖော်ပြပါသည်။
	ဤသင်္ကေတသည် အခန်းအဆုံးတွင် တွေ့ရမည့် လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများကို ညွှန်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
	ဤသင်္ကေတတွေ့ပါက သင်ကြားသင်ယူသူတစ်ဦးချင်းစီသည် စဉ်းစားတွေးကြည့်နိုင် သို့မဟုတ် ပူးပေါင်း ဆွေးနွေး အဖြေရှာကြည့်နိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် အုပ်စုလိုက် သို့မဟုတ် အတွဲလိုက် ဆွေးနွေးနိုင်ပါသည်။

	ဤသင်္ကေတကို ဝေါဟာရအညွှန်းဘေးတွင် တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။
	ဤသင်္ကေတမှာ သင်ယူသူအတွက် အရေးကြီးသိထားရမည့် အကြောင်းအရာ တစ်ခုခုရှိနေကြောင်း ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။
	ဤသင်္ကေတကို အခန်းတစ်ခန်းစီ၏ သင်ကြားသင်ယူမှုရလဒ်များဘေးတွင် တွေ့ရ မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်လက်လှမ်းမမီသည့်အကြောင်းအရာများ

ဤလမ်းညွှန်သည် အသေးစားသုတေသနစီမံကိန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အခြေခံဖြစ် သည့် လက်တွေ့ အသုံးကျ မိတ်ဆက်စာအုပ်တစ်အုပ် ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် သင်၏ ရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်းတွင် ဖြစ်စေ အခြား လူမှုအသိုက်အဝန်းတွင်ဖြစ်စေ သုတေသနစီမံကိန်းတစ်ခု အကောင် အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်တော့မည်ဆိုလျှင် အထူးသဖြင့် ကလေးသူငယ်များ၊ အကြမ်းဖက်မှုမှ ရှောင်သန် ကျန်ရစ်သူများ၊ သို့မဟုတ် မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် ကျန်းမာရေးလိုအပ်ချက်ရှိသူများကဲ့သို့ ထိခိုက် လွယ်သောသူများနှင့် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ရန် အစီအစဉ်ရှိပါက နောက်ထပ် အတွေ့အကြုံရှိသည့် သုတေသီနှင့်/သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၏ ဝိုင်းဝန်းကူညီမှုနှင့် လမ်းညွှန်မှုတို့ ရယူနိုင်ရန် လုပ်ဆောင်သင့်ပါသည်။

ဤလမ်းညွှန်သည် ဘက်စုံလွှမ်းခြုံနိုင်သောလက်စွဲစာအုပ်တစ်အုပ် မဟုတ်ပါ။

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- သုတေသနအမျိုးအစား အမျိုးမျိုး၏ အနက်အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုနိုင်မည်။
- သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများအကြောင်း ရှင်းလင်းပြောဆိုနိုင်မည်။



- ဒေတာ။ သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းအတွက် စုဆောင်းထားသည့် သတင်းအချက်အလက်များ
- သီအိုရီ။ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြနိုင်ရန် သက်ဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်အယူအဆများကို ဆက်စပ်စုစည်းထားမှု
- သက်သေအထောက်အထား။ ခံယူချက် သို့မဟုတ် သီအိုရီသဘောတရားတစ်ခုမှန်ကန်ကြောင်း (ခိုင်လုံကြောင်း) ပြသနေသည့် သတင်းအချက်အလက် သို့မဟုတ် ဖြစ်ရပ်မှန်များ

“သုတေသန” ဟူသော စကားရပ်ကို သတင်းအချက်အလက်အသစ်ရှာဖွေသည့်အကြောင်း ဖော်ပြရာတွင် အများအားဖြင့် အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ လူအများစုသည် နေ့စဉ်လုပ်ငန်းကိစ္စရပ်များ ဆောင်ရွက်ရာ၌ စနစ်တကျမဖြစ်သော သုတေသနမျိုး ပြုလုပ်လေ့ရှိပါသည်။ သင်ဝယ်ယူလိုသည့် ကုန်ပစ္စည်းတစ်ခုနှင့်သက်ဆိုင်သော ဝေဖန်စာများကို အင်တာနက်ပေါ်တွင် အကြမ်းဖျင်း ရှာဖွေလေ့လာတတ်ကြသည် သို့မဟုတ် အလုပ်တစ်ခုလျှောက်ထားလျှင် အလုပ်ခေါ်သည့် အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် ကုမ္ပဏီအကြောင်း သတင်းအချက်အလက်များကို ပို၍သိရှိနိုင်ရန် ရှာဖွေလေ့ ရှိကြသည်။ ထို့နောက် တွေ့ရှိထားသော သတင်းအချက်အလက်များကို ချင့်ချိန်၍ အကဲဖြတ်ခြင်း (စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း) ဖြစ်ပြီး ထိုအချက်အလက်အပေါ် အခြေခံကာ ခိုင်မာသော ဆုံးဖြတ်ချက်တစ်ခု ချမှတ်လေ့ရှိပါသည် (ဥပမာ - မည်သည့် ကုန်ပစ္စည်းကို ဝယ်ရမည် သို့မဟုတ် ရှောင်ရမည်၊ အလုပ်အင်တာဗျူးတွင် မည်သည့်မေးခွန်းကို မေးရမည်)။ ပုံမှန်အားဖြင့် စနစ်တကျမဖြစ်သော သုတေသနမျိုး ပြုလုပ်ရာတွင် ကြိုတင်စီစဉ်ထားလေ့မရှိဘဲ ရိုးရိုးတန်းတန်းသာ ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် စနစ်တကျဖြစ်သော သုတေသနမျိုးသည် ပို၍ နည်းလမ်းတကျဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် အများအားဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့်မေးခွန်းတစ်ခုကို တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းနိုင်ရန်အတွက် အသိပညာဗဟုသုတ အသစ်များရှာဖွေ၍ စနစ်တကျ စီမံဆောင်ရွက်ရသော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ရှိ ထားသော သတင်းအချက်အလက်သည် တိကျ၍ အမှန်အကန်ဖြစ်ကြောင်း သေချာမှုရှိစေရန် ကြိုတင် ချမှတ်ထားသည့် အစီအစဉ်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်သည်။ နောက်အခန်းများတွင် ထို ကဲ့သို့ အစီအစဉ်ချမှတ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အသေးစိတ်လေ့လာသင်ယူရမည် ဖြစ်ပါသည်။ စနစ်ကျ သော သုတေသနဆိုသည်မှာ ဤကမ္ဘာကြီးအကြောင်း ကျွန်ုပ်တို့သိနှင့်ပြီးသားအရာကို မူရင်း (အသစ်) ဖြစ်သည့် အသေးစိတ်အချက်အလက်ဖြင့် အနည်းငယ် အထောက်အကူဖြစ်စေရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

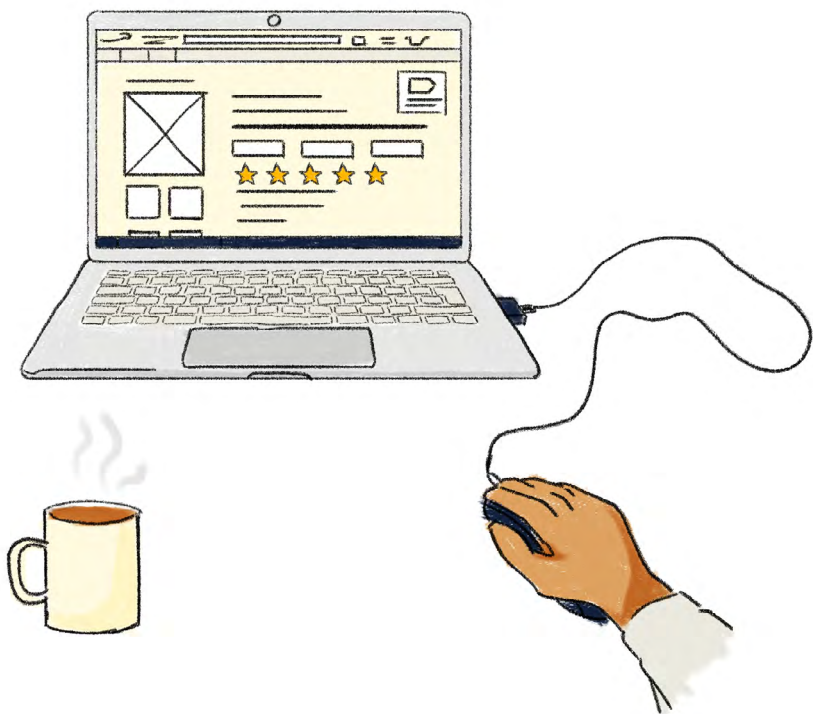


သင်ပြလုပ်ခဲ့ဖူးသည့် စနစ်မကျသော သုတေသန နမူနာတစ်ခုကို ပြန်စဉ်းစား ကြည့်ပါ။
သင် ယခင်က စနစ်မကျသော သုတေသန ပြုလုပ်ဖူးပါသလား။

စားပွဲတင်သုတေသန (Desk research) သည် ရှိနှင့်ပြီးသား အချက်အလက်များကို ရှာဖွေခြင်း၊ စုဆောင်းခြင်း၊ အနှစ်ချုပ်ခြင်းနှင့် စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည် (၎င်းကို ဆင့်ပွားသုတေသနဟုလည်း ခေါ်ပါသည်)။ ဤသုတေသနမျိုးကို စားပွဲတင်ကွန်ပျူတာပေါ်တွင် အများအားဖြင့် ပြုလုပ်လေ့ရှိ သောကြောင့် ထိုကဲ့သို့ခေါ်ဆိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ အနေဖြင့် ၂၀၁၆ ခုနှစ်၌ထုတ်ဝေခဲ့သော စာရေးသူ Ardeth Thawngmung ၏ ၂၀၁၅ မြန်မာ့ရွေးကောက်ပွဲများတွင် အမျိုးသားဒီမိုကရေစီအဖွဲ့ချုပ် ဘာကြောင့် တောင်ပြိုကမ်းပြိုအနိုင်ရခဲ့ပါသလဲ ဟူသောစာတမ်းတွင် သူမသည် ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် အမျိုးသား ဒီမိုကရေစီအဖွဲ့ချုပ် အနိုင်မဲများစွာ ရရှိခဲ့သည့် အကြောင်းရင်းကို သူမကိုယ်ပိုင် ရှင်းလင်းချက်ထုတ်ပြန်နိုင်ရန် ယခင်သုတေသနစာတမ်းများနှင့် သတင်းဆောင်းပါးများကို ပြန်လည် စိစစ်သုံးသပ်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ **မူရင်းသုတေသန** (Primary research) သည် သုတေသီဖြစ်သူ သင်ကိုယ်တိုင် တိုက်ရိုက်ကောက်ယူထားသည့် မူရင်းအချက်အလက်အသစ် ဖြစ်ပါသည်။ ဤသုတေသန လမ်းညွှန်သည် မူရင်းသုတေသနပြုလုပ်ခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော လမ်းညွှန်စာအုပ်ဖြစ်ပြီး အခန်းတိုင်း တွင် မူရင်းသုတေသနဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ သာဓကများကို လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့် သုတေသနပြုလုပ်ကြသနည်း။

လူအမျိုးမျိုးသည် မတူညီသော အကြောင်းရင်းအမျိုးမျိုးဖြင့် သုတေသနပြုလုပ်နေကြသော်လည်း ၎င်းတို့၏ ရည်ရွယ်ချက်မှာမူ အမြဲတိုင်းလိုလိုပင် အသိအမြင် တိုးပွားရန်နှင့် ထိုအသိကို အသုံးပြု၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ကောင်းများ ချမှတ်ကာ နည်းလမ်းများ ရှာဖွေနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ သုတေသနမပြုလုပ်ဘဲ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်သည့်အခါတွင် မလိုလားအပ်သော ရလဒ်များ ထွက်ပေါ်စေနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ အားဖြင့် တစ်စုံတစ်ဦးသည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခု စတင် လုပ်ကိုင်လိုသော်လည်း တည်ထောင်ခါစ ကနဦးကုန်ကျစရိတ်များနှင့်ပတ်သက်၍ သုတေသနမပြုလုပ်ထားပါက သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ကုန်ပစ္စည်းကို အများပြည်သူ ဝယ်ယူသုံးစွဲလိုစိတ်မရှိမရှိ သုတေသန မပြုလုပ်ထားပါက (ဆိုလိုသည်မှာ ၎င်းတို့သည် ရိုးရှင်းသည့်သုတေသန ပြုလုပ်ထားခြင်းမရှိလျှင်) ငွေကြေးဆုံးရှုံးသွားနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် အစိုးရ အဖွဲ့အနေဖြင့် ဒေသတွင်းတောင်သူလယ်သမားများသည် နိုင်ငံတကာ လယ်ယာထွက်ကုန်သီးနှံ ထုတ်လုပ်သူများနှင့် ဈေးကွက်ယှဉ်ပြိုင်စရာမလိုတော့စေရန် ပြည်ပမှတင်သွင်းလာသော ခြံထွက် သီးနှံဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို တားမြစ်ပိတ်ပင်လိုက်သော်လည်း ဒေသတွင်းတောင်သူလယ်သမား များသည် ပြည်သူလူထု အားလုံးအတွက် သီးနှံအလုံအလောက် ထုတ်လုပ်နိုင်မှုမရှိမရှိ သုတေသနမ ပြုလုပ်ထားပါက (ဆိုလိုသည်မှာ ၎င်းတို့သည် စနစ်တကျဖြစ်သော သုတေသနမပြုလုပ်ထားလျှင်)



ခြံထွက်သီးနှံများ ပြတ်လပ်မှုဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သလို ကုန်ဈေးနှုန်း မြင့်တက်လာနိုင်ပြီး အများပြည်သူ အတွက် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်စွာ စားသောက်နေထိုင်ရန် ခက်ခဲသွားနိုင်ပါသည်။ အချို့သော ကိစ္စရပ်များတွင် သုတေသနများသည် ကျွန်ုပ်တို့သိထားပြီးသော ကမ္ဘာလောကကြီး၏ အကြောင်း အချက်အပေါ် အခြေခံကာ နောက်ထပ်ချဲ့ထွင်တိုးပွားခြင်းဖြင့် အနာဂတ်တွင် အထောက်အကူပြုစေ မည့်နည်းလမ်းများ ထွက်ပေါ်စေသောကြောင့် အရေးပါလှပါသည်။

ယေဘုယျအားဖြင့် အခြေခံသုတေသန နှင့် အသုံးချသုတေသနတို့ကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်ပါသည်။ **အခြေခံ သုတေသန (Basic research)** ပြုလုပ်ရခြင်းမှာ ကျွန်ုပ်တို့ ပို၍သိရှိလိုသောကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် ရှိပြီးသား သီအိုရီတစ်ခုကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် သို့မဟုတ် နောက်ထပ်ရှင်းလင်းတင်ပြနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ပြီး အများအားဖြင့် အဆင့်မြင့် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ လေ့လာမှုများပြုလုပ်ကြသည့် ဆရာ/မများနှင့် ကျောင်းသား/သူများက ဆောင်ရွက်လေ့ ရှိပါသည်။ **အသုံးချသုတေသန (Applied research)** ပြုလုပ် ရခြင်းမှာ လက်တွေ့ကျသော နည်းလမ်းဖြင့် ရှာဖွေထားသော အသိပညာအသစ်ကို အသုံးပြုလို သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် ကူညီဖြေရှင်းရန် ရည်ရွယ်ထားသည့် သီးခြားပြဿနာ ရပ်တစ်ခု ရှိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါကြောင့် ရှမ်းပြည်နယ်ရှိလူငယ်များ၏ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအပေါ် မည်သည့်အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်စေခဲ့သနည်း” ဟူသော မေးခွန်းကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သုတေသီသည် ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်များ (တွေ့ရှိချက်များ) ကို ရှမ်းပြည်နယ်ရှိ လူငယ်များကို အကူအညီပေးနိုင်ရန်အတွက် အသုံးပြုဖို့ သေချာသလောက် ဖြစ်ပါ သည်။ အသုံးချသုတေသနကို လူမှုရေးသိပ္ပံ ဘာသာရပ်များတွင်သာမက ဆေးပညာတွင်လည်း အသုံး များပါသည်။ ဥပမာအနေဖြင့် ကင်ဆာရောဂါဆိုင်ရာ သုတေသန အကြောင်း စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သုတေသီများသည် ၎င်းတို့၏ တွေ့ရှိချက်များကို ကင်ဆာရောဂါကုသရန် သို့မဟုတ် ပျောက်ကင်းစေရန် အထောက်အကူအဖြစ် အသုံးပြုဖို့ဖြစ်ပါသည်။ မူဝါဒ နှင့် ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်ရာတွင် အသုံးပြုရန် အတွက်လည်း အသုံးချသုတေသန ပြုလုပ်ကြပါသည်။



မြန်မာနိုင်ငံတွင် မည်သည့်အခြေအနေများ၌ အသုံးချသုတေသနကို ပြုလုပ်လေ့ရှိ သည်ဟု ထင်သနည်း။
မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် သင် သုတေသနပြုလုပ်လိုသနည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၁

- စနစ်ကျသောသုတေသနအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပါ။
- စနစ်ကျသောသုတေသန ဥပမာတစ်ခုဖော်ပြပါ။
- အသုံးချသုတေသန ဥပမာတစ်ခုဖော်ပြပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၂

သင်နှင့်နီးစပ်ရာ ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်များနှင့် စကားပြောဆိုကြည့်၍ အောက်ပါမေးခွန်းများအတွက် အဖြေရှာကြည့်ပါ။

- ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးဦးသည် ယခင်က စနစ်ကျသောသုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် ပါဝင်ခဲ့ဖူးပါသလား။
 - ပါဝင်ခဲ့ပါက မည်သည့်အကြောင်းအရာအတွက်ဖြစ်သနည်း။
 - ၎င်းသည် အသုံးပြုသုတေသနဟုတ်ပါသလား။
 - ၎င်းသည် အသုံးပြုသုတေသန ဟုတ်၊မဟုတ် သင်မည်သို့သိရှိသနည်း။
- ၎င်းတို့အနေဖြင့် ထိုသုတေသနသည် အရေးပါသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆပါသလား။ အဘယ်ကြောင့် ယူဆသနည်း/အဘယ်ကြောင့် မယူဆသနည်း။



သတိပေးချက်။ “ရပ်ရွာလူထု” ဟူသည် ဘုံတူညီသည့်အရာ တစ်ခုခုရှိသော မည်သည့်လူအုပ်စုမဆို ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင်၏ မိတ်ဆွေများ/သက်တူရွယ်တူများ၊ အတန်းဖော်များ၊ မိသားစုဝင်၊ သင့်ကျေးရွာ သို့မဟုတ် ရပ်ကွက်အတွင်း နေထိုင်ကြသူများ၊ သို့မဟုတ် အင်တာနက်လိုင်းပေါ်တွင် သင်နှင့် စကားပြောလေ့ရှိသော အဖွဲ့များကို ပင် မေးမြန်းကြည့်နိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၃

ဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း

ပြည်တွင်းနေရပ်ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်ရသူများ (IDPs) တည်ရှိရာ စခန်းတစ်ခုတွင် အချို့သောစေတနာ့ဝန်ထမ်းများသည် စခန်းအတွင်းနေထိုင်သည့် ကလေးသူငယ်များ ကို အင်္ဂလိပ်စာ စတင်သင်ကြားပေးရန် ဆန္ဒဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည် အသက်ပိုကြီးသော ကလေးများနှင့် လူငယ်များအတွက် ညနေပိုင်းအတန်းများ စီစဉ်ပေးရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြသည်။ စခန်းအတွင်း ၎င်းတို့ဦးတည်သည့် အသက်အရွယ်အုပ်စုတွင် ကလေး အယောက် (၁၅၀) ခန့် ရှိကြောင်း သိထားပြီးဖြစ်သဖြင့် ကလေး အယောက် (၃၀) ပါဝင်သည့် အဖွဲ့ (၅) ဖွဲ့ ဖွဲ့ရန် စီစဉ်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းတို့သည် သင်ခန်းစာများ ပြင်ဆင်ကာ အတန်းများဖွင့်လှစ်မည့်အကြောင်း စခန်းတစ်ခု၌ ကြေညာ၍ အစပြုလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်။ ပထမဆုံး ညနေပိုင်းတွင် ကလေး အယောက် (၁၅၀) ၏ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းသာ အတန်းလာတက်ခဲ့ပါသည်။ ထိုစေတနာ့ဝန်ထမ်းများက ဇေယျာဓိဖြစ်သွားပြီး ၎င်းတို့ ကောင်းမွန်စွာ မကြေညာခဲ့သောကြောင့် ထိုသို့ဖြစ်ရသည်ဟု ထင်မှတ်ခဲ့ကြသည်။ နောက်တစ်ရက်တွင် ၎င်းတို့သည် စခန်းအနီးတဝိုက်ရှိ မိသားစုအသီးသီးထံသို့ သွားရောက်ခဲ့ကြပြီး အတန်းများအကြောင်း လူကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံပြောပြခဲ့ပါသည်။

နောက်အပတ်တွင်လည်း ကလေးအယောက်အနည်းငယ်သာ အတန်း တက်ရောက်ခဲ့ပါသည်။ စေတနာ့ ဝန်ထမ်းများက ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းကို နားမလည်နိုင်ခဲ့ကြပေ။ ရက်အတော်ကြာပြီးနောက် ၎င်းတို့သည် စခန်းမှ အချို့သော လူမှုဝန်ထမ်းများ နှင့် မိဘများနှင့် စကားပြောဆိုခဲ့ကြသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် အသက် ပိုကြီးသော ကလေးများနှင့် လူငယ်အရွယ်များသည် ညနေပိုင်းများတွင် အိမ်မှုကိစ္စ ဝေယျာဝစ္စများစွာ လုပ်ကိုင်ရပြီး မောင်နှမအငယ်များကိုလည်း ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်ရသည့် တာဝန်ရှိကြောင်း ၎င်းတို့ သိလိုက်ရပါသည်။

စေတနာ့ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် သတ်မှတ်ထားသည့် အတန်းအချိန်မှာ အဆင်မပြေကြောင်း သိမြင်ခဲ့ သောကြောင့် စခန်းထဲရှိ မိသားစုအချို့ကို လိုက်လံမေးမြန်းခဲ့ ပြီးနောက် အတန်းအချိန်ကို မနက်ပိုင်း အတွင်းသို့ ပြောင်းလဲ ပြင်ဆင်ခဲ့ ပါသည်။

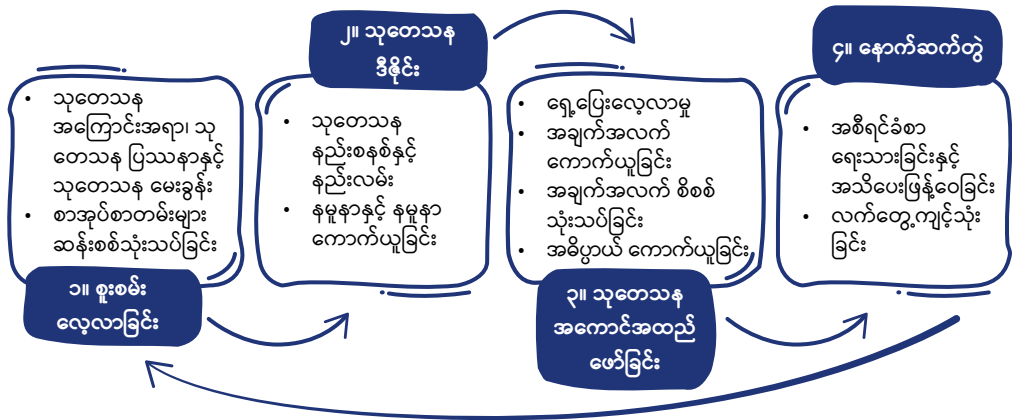
စေတနာ့ဝန်ထမ်းများသည် အတန်းများ စတင်မဖွင့်လှစ်မီ မည်သည့်အရာကို ပြုလုပ်ထားခဲ့သင့် သနည်း။

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်များကို ခွဲခြားဖော်ထုတ်၍ ရှင်းလင်းပြောဆိုနိုင်မည်။

သုတေသနတစ်ခုနှင့်တစ်ခု မတူညီသော်လည်း သုတေသီအများစုသည် အောက်ပါအဆင့်များအတိုင်း လိုက်နာ ဆောင်ရွက်လေ့ရှိပါသည်။



- အသိပေးဖြန့်ဝေခြင်း။ ဝေမျှရန်၊ ပျံ့နှံ့စေရန် သို့မဟုတ် ဖြန့်ဝေရန်
- နမူနာကောက်ယူခြင်း။ သင့်သုတေသနတွင် ပါဝင်မည့်သူများ (သင်၏သုတေသနနမူနာ) ရွေးချယ်ခြင်း
- ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု။ အဓိက လေ့လာမှုမပြုလုပ်မီ ရွေးချယ်ထားသည့် နည်းလမ်းများသည် အလုပ်ဖြစ်၊မဖြစ်နှင့် ဖြေဆိုသူများအတွက် နားလည်လွယ်မှုရှိမရှိ စမ်းသပ် စစ်ဆေးရန် ပြုလုပ်သော အသေးစား လက်တွေ့လေ့လာမှုပုံစံ

စူးစမ်းလေ့လာသည့်အဆင့် (Exploration phase) တွင် သင်စိတ်ဝင်စားသည့်နယ်ပယ်နှင့်ပတ်သက်၍ လေ့လာစူးစမ်းရမည် (ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရမည်) ဖြစ်ပြီး သင်ပြုလုပ်မည့် သုတေသနအကြောင်းအရာကို ရွေးချယ်ရမည်။ ထိုအဆင့်တွင် စာအုပ်စာတမ်းများ (စာအုပ်များ၊ ဆောင်းပါးများ၊ သတင်း၊ မဂ္ဂဇင်းများ၊ အစရှိသဖြင့်) ဖတ်ရှုခြင်းနှင့် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ၊ ရပ်ရွာလူထု အဖွဲ့ဝင်များ၊ ဆရာ/မများ၊ သို့မဟုတ် ရည်မှန်းချက်ချင်းတူညီသောသူများနှင့် စကားပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်းတို့ ပါဝင်နေကျ ဖြစ်ပါသည်။ အခြားသူများနှင့်ပြောဆိုဆွေးနွေးခြင်းနှင့် စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်း (အခန်း ၄။ နောက်ခံအချက်အလက်ဆိုင်ရာအသိအမြင် (စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်း) ကိုကြည့်ပါ) တို့မှတစ်ဆင့် သင်၏ သုတေသနနောက်ခံ အချက်အလက်များကို သိမြင်နားလည်မှုရှိလာပြီး ဖြေရှင်းရမည့် သုတေသနပြဿနာနှင့် သုတေသနမေးခွန်း ဖော်ထုတ် ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ လက်တွေ့တွင် စာအုပ်စာတမ်းများ ဖတ်ရှုခြင်းနှင့် ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်းသည် သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ် တစ်လျှောက်လုံးတွင် အများအားဖြင့် ပြုလုပ်လေ့ရှိသော်လည်း အထူးသဖြင့် အစပိုင်းတွင်ပြုလုပ်ခြင်းက ပို၍ အသုံးဝင် ပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် သင်သည် ပညာရပ်ဆိုင်ရာ သုတေသန ပြုလုပ်နေပါက သင့် သုတေသန ပြဿနာနှင့် သက်ဆိုင်သော သီအိုရီများကိုလည်း လေ့လာရပါမည်။ ဤအဆင့်သည် အချိန်ကြာနိုင်သော်လည်း သင်၏ သုတေသန ဦးတည်ချက် လမ်းကြောင်းမှန်ကန်စေရန်အတွက် အရေးကြီးပါသည်။

သုတေသနဒီဇိုင်းရေးဆွဲသည့်အဆင့် (Research design phase) တွင် နည်းစနစ်နှင့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး (သုတေသန ပြုလုပ်နည်းပုံစံများ) စဉ်းစားကြည့်ရမည်ဖြစ်ပြီး သင်၏သုတေသနမေးခွန်းအတွက် အဖြေထုတ်ပေးနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်ရပါမည်။ အခြား အသေးစိတ်ကျသောအရာများ အနက် သင်အသုံးပြုမည့် နည်းလမ်း တန်ဆာပလာများ၊ သင်လိုအပ်သည့် အချက်အလက် ရှာဖွေနိုင်မည့်နေရာ၊ သင်၏လေ့လာမှုတွင် ပါဝင်မည့်သူများနှင့် ၎င်းတို့ကိုရှာဖွေမည့် နည်းလမ်းနှင့် ထိခိုက်မှု အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေများအပါအဝင် သင်၏သုတေသန အကောင်အထည် ဖော်မည့်ပုံစံကို ကြိုတင် အကွက်ချ စီစဉ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

သုတေသနအကောင်အထည်ဖော်သည့်အဆင့် (Research execution phase) တွင် သင်ရွေးချယ်ထားသည့် နည်းလမ်းကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် ရှေ့ပြေး လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်ပြီး လိုအပ်သလို ပြောင်းလဲ ပြင်ဆင်ရပါမည်။ ထို့နောက် အချက်အလက်များ ကောက်ယူရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဆက်လက်ပြီး ရရှိလာသည့် အချက်အလက်များကို စိစစ် သုံးသပ်ရပါမည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရာတွင် အချက်အလက် အားလုံးကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း၊ တစ်ပေါင်းတည်း စုစည်းအကျဉ်းချုပ်ခြင်း၊ နှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း (ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ် ရှင်းလင်းခြင်း) တို့ ပါဝင်သည်။

နောက်ဆက်တွဲအဆင့် (Follow up phase) တွင် အစီရင်ခံစာရေးသားခြင်းနှင့် အသိပေးဖြန့်ဝေခြင်းနှင့် လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။ သင်၏ အချက်အလက်များမှ တွေ့ရှိချက်များကို နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ စာရေးသားခြင်းဖြင့်ဖြစ်စေ အစီရင်ခံစာမည်ဖြစ်ပြီး အများပြည်သူ သို့မဟုတ် စာဖတ်သူများ နားလည် နိုင်မည့်နည်းလမ်းဖြင့် တင်ပြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့နောက် ထိုသတင်းအချက်အလက်အသစ်ကို သက်ဆိုင်ရာပုဂ္ဂိုလ်များထံသို့ ရောက်ရှိစေလိုသည့်အတွက် သင်၏ အစီရင်ခံစာ သို့မဟုတ် သုတေသန တွေ့ရှိချက်များကို အသိပေး ဖြန့်ဝေရပါမည်။ သုတေသနစီမံကိန်းပေါ်မူတည်၍ ထိုသတင်း အချက် အလက်ကို သင်ကိုယ်တိုင်နှင့်/သို့မဟုတ် ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်များ၊ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်သူများ၊ အခြား သော သုတေသီများ စသည်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းကို လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည့်အဆင့် ဟု ခေါ်ပါသည်။



မည်သည့်တို့သည် သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်၏ အရေးကြီးဆုံးအစိတ်အပိုင်းများ ဖြစ် သနည်း။ မည်သည့်အစိတ်အပိုင်းများသည် ခက်ခဲသည်/လွယ်ကူသည်ဟု ထင်ရသ နည်း။

အဖွဲ့အစည်း သို့မဟုတ် တက္ကသိုလ်ကျောင်းတစ်ခုခုမှ သုတေသနအစီရင်ခံစာတစ် စောင်ကို ဖတ်ကြည့်ဖူးပါသလား။ ဖတ်ဖူးပါက ၎င်းနှင့်ပတ်သက်၍ မည်သည့် အကြောင်းအရာများ သင်မှတ်မိသနည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁

အောက်ပါအကြောင်းအရာသည် ကျောင်းသူတစ်ဦး၏ သုတေသနစီမံကိန်းအကျဉ်းချုပ်ဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဖော်ပြထားသည့် စာပိုဒ်များမှာ အစဉ်လိုက် မဟုတ်ပါ။ စာပိုဒ်များကို ဖတ်ရှုကြည့်ပြီး ၎င်းတို့ အမှန်တကယ် ဖြစ်သင့်သည် အတိုင်း ၁ မှ ၁၀ ထိ နံပါတ် အစဉ်လိုက် တပ်၍ စီပါ။

ရေအသုံးပြုမှုနှင့်ပတ်သက်သော စာအုပ်များ၊ ဆောင်းပါးများနှင့် သတင်းများကို လိုက်လံ ဖတ်ရှုပြီး လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် ယခင်က သုတေသနပြုလုပ်ခဲ့ဖူးသော အသိမိတ်ဆွေ များနှင့်အတူ ကျွန်ုပ်၏ စီမံကိန်းအကြောင်း ဆွေးနွေးပြောဆိုခဲ့ပါသည်။ စာအုပ်စာတမ်း များမှ တွေ့ရှိသည့် အရေးကြီး သတင်းအချက်အလက်များကို ရေးချထားပြီး ဖတ်ရှုပြီးသည့် စာများကို မှတ်စုရေးမှတ်ထားပါသည် (ခေါင်းစဉ်၊ စာရေးသူ၊ ခုနှစ်၊ နှင့် ထုတ်ဝေသူ)။

ကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် သုတေသနပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သောကြောင့် ပါဝင် ဖြေဆိုမည့်သူများ ရရှိရန် အတော်လေး လွယ်ကူခဲ့ပါသည်။ ထို့ပြင် ကံကောင်းထောက်မ စွာဖြင့် ကျွန်ုပ်အတွက် အချိန် အလုံအလောက် ရရှိခဲ့သဖြင့် တစ်အိမ်တက် တစ်အိမ်ဆင်း သွားရောက်ခဲ့ပြီး အိမ်ထောင်မိသားစု တစ်စုစီရှိ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများကို နောက်သုံးရက်



အကြာ၌ ပြုလုပ်မည့် ဦးတည်အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်ပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ခဲ့ပါသည်။ အများစုက ပါဝင်ရန် သဘောတူခဲ့သော်လည်း အချို့ကမူ ပါဝင်နိုင်ခြင်းမရှိသောကြောင့် နောက်ဆုံးတွင် တစ်အုပ်စုလျှင် ရွာသူ/သား (၆) ဦး မှ (၈) ဦးဖြင့် အုပ်စု (၆) စု ဖွဲ့ကာ တွေ့ဆုံ မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။ အင်တာဗျူးမေးမြန်းမှုများကို အသံဖမ်းယူကာ (ဖြေဆိုသူများ၏ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့်) မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပြီး သုတေသနလက်ထောက်တစ်ဦး၏ အကူအညီဖြင့် မှတ်စု ရေးသားချက်များကို ရယူခဲ့ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များတွင် စိတ်ပါဝင်စားသောကြောင့် သက်ဆိုင်ရာ စာအုပ်စာတမ်းများ၊ သတင်း ဆောင်းပါးများကို ရှာဖွေဖတ်ရှုခဲ့ပြီး လုပ်ဖော် ကိုင်ဖက်များနှင့် အတူ ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေးအဖြေရှာ၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်း တွင် ဖြစ်ပျက်နေသည့်အရာများကို စောင့်ကြည့် လေ့လာခဲ့ပါသည်။

နောက်တစ်ဆင့်အနေဖြင့် သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသင့်သူများနှင့် ၎င်းတို့ကို ရှာဖွေရမည့် နည်းလမ်းအတွက် စဉ်းစား ရွေးချယ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဖြေဆိုသူများသည် ၁) တီးဗျဲလ်ရွာ တွင် နေထိုင်သူဖြစ်ရမည် ဖြစ်ပြီး ၂) အသက် ၁၈ နှစ် အထက် ဖြစ်ရမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့ ပါသည်။

ကျွန်ုပ်တို့ကိုင်တွယ်သည့် နားလည်သိရှိလိုက်ရသည့်အရာမှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာ လူမှုအသိုက်အဝန်း အတွင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အဓိက ကိစ္စရပ်သည် ရေမရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤ အကြောင်းကြောင့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို သိရှိလိုပါ သည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ သုတေသနမေးခွန်းမှာ “ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ချင်းပြည်နယ်၊ တီးတိန်မြို့နယ်၊ တီးဗျဲလ်ရွာမှ ဒေသခံများအပေါ် မည်သည့်အကျိုး သက်ရောက်မှုများရှိ သနည်း” ဖြစ်ပါသည်။

ဤသုတေသနစီမံကိန်း ပြုလုပ်ရသည့် ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကျွန်ုပ်တို့၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက် အဝန်းတွင် ရေရှားပါးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို နားလည် သိရှိနိုင်ရန်ဖြစ်ပြီး NGO များနှင့် ဒေသန္တရအစိုးရအဖွဲ့တို့ထံမှ အကူအညီ ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အကြံပြုတင်ပြရာတွင် အသုံးပြုမည် ဖြစ်ပါသည်။ မကြာခင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အဓိက ဆုံးဖြတ် ချက်ချမှတ်သူများနှင့် အစည်းအဝေး ပြုလုပ်၍ စိုးရိမ်ရသော အခြေအနေဖြစ်ကြောင်းနှင့် အကူအညီလိုအပ်နေကြောင်း သက်သေအထောက်အထားအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ သုတေသန အစီရင်ခံကို တင်ပြမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထို့နောက် ကျွန်ုပ်တို့အသုံးပြုသင့်သည့် သုတေသနနည်းစနစ်နှင့် နည်းလမ်းများကို ပြင်ဆင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ရေအသုံးပြုမှုနှင့် သက်ဆိုင်သော သုတေသနအစီရင်ခံစာများကို ဖတ်ရှုလေ့လာ၍ ကျွန်ုပ်တို့၏ သုတေသန မေးခွန်းကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပြီးနောက် ထိရောက်မှုရှိပြီး အချိန်ကုန် သက်သာစေမည့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးသည့် နည်းလမ်းကို အသုံးပြုကာ အရည်အသွေး စံပြု လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။

ထို့နောက် လွတ်လပ်စွာ ဖြေဆိုနိုင်သော အဖွင့်မေးခွန်းများ ပါဝင်သည့် အင်တာဗျူးလမ်းညွှန် တစ်ခု ပုံဖော်ဖန်တီးခဲ့ပါသည်။ သို့မှသာ ဖြေဆိုသူများသည် ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များ နှင့် အတွေ့အကြုံများကို ၎င်းတို့ အလိုရှိသည်အတိုင်း သတင်းအချက်အလက်များ ပိုမို ဖြည့်စွက်ပြောဆိုနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် မိတ်ဆွေ

များသည်လည်း မေးခွန်းများ ပြင်ဆင် တည်းဖြတ်ရာတွင် ကူညီပေးခဲ့ကြပါသည်။ ထို့နောက် ရပ်ရွာ လူထုအဖွဲ့ဝင် (၃) ဦးနှင့် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

ထို့နောက် သုတေသန လေ့လာမှုမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်များ (တွေ့ရှိချက်များ) ဖြင့် အစီရင်ခံစာ တစ်စောင် ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ဆက်လက်ပြီး ထိုအစီရင်ခံစာကို ပါဝင်ဖြေဆိုခဲ့သူများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၊ ကျွမ်းကျင်အတတ်ပညာရှင်များ၊ နှင့် တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများနှင့်အတူ မျှဝေခဲ့ပါသည်။

ရပ်ရွာနေ သုတေသနဖြေဆိုသူ (၄၀) ဦးထံမှ အချက်အလက်များကို ကောက်ယူစုစည်းပြီးနောက် ပိုင်းခြားစိစစ်သုံးသပ်ခဲ့ပါသည်။ ဖမ်းယူထားသော အသံဖိုင်များကို သေချာ အချိန်ယူနားထောင်၍ ဖြေဆိုသူများ ပြောဆိုသောအကြောင်းအချက်တိုင်းကို ရေးချမှတ်သား ခဲ့ပါသည်။ အချက်အလက်များကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဂရုတစိုက် ဖတ်ရှုပြီးနောက် ဖြေဆိုသူများ ဆွေးနွေးထားသည့်အချက်များထဲမှ ဘုံတူညီသောအကြောင်းအရာများ ကို တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Kumar, R. (2011). Chapter 2: The research process: a quick glance. In *Research methodology: A step-by-step guide for beginners*. Sage. <https://b-ok.africa/book/2647081/5d2269>

သုတေသနအကြောင်းအရာမှ သုတေသနမေးခွန်းဆီသို့

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- သုတေသနနယ်ပယ်၊ သုတေသနအကြောင်းအရာ၊ သုတေသနပြဿနာ၊ နှင့် သုတေသန မေးခွန်းတို့ကို ခွဲခြားသိရှိနိုင်မည်။
- သင်၏ သုတေသန စီမံကိန်း စိတ်ကူးအကြံအစည်များအတွက် သုတေသန မေးခွန်းများ ဖော်ထုတ်လာနိုင်မည်။



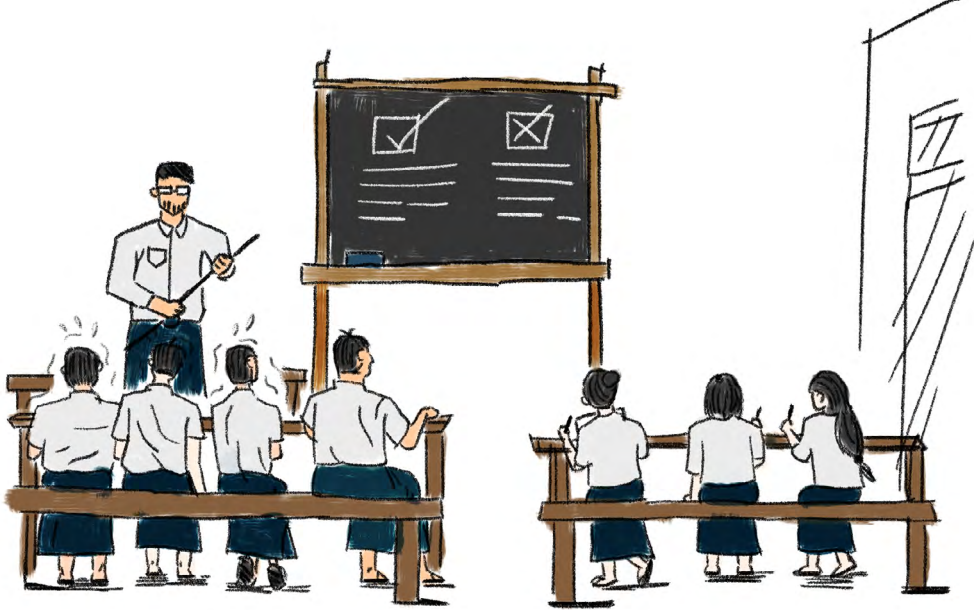
သင် မည်သည့်အကြောင်းအရာကို သုတေသနပြုလုပ်ရန် စိတ်ဝင်စားသနည်း။ (၂)
မိနစ်ခန့် အဖြေရှာ စဉ်းစားကြည့်ပါ။

ပညာရပ်နယ်ပယ် (Area of study) မှာ ဥပမာအားဖြင့် ပညာရေး သို့မဟုတ် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် သိပ္ပံပညာရပ် ကဲ့သို့သော တက္ကသိုလ်တွင် သင် လေ့လာဆည်းပူးလိုသည့် ဘာသာရပ်နယ်ပယ်ကို ရည်ညွှန်းခြင်းဖြစ်သောကြောင့် သင်စိတ်ပါဝင်စားသည့် နယ်ပယ်ကို သင်သိရှိထားပြီး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

သုတေသနအကြောင်းအရာ (Topic) မှာ သုတေသနနယ်ပယ်ထဲမှ သီးခြား ကိစ္စရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် စာသင်ကျောင်းများတွင် ရိုက်နက် (ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ) ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း၊ တစ်နည်းအားဖြင့် သုတေသနအကြောင်းအရာမှာ သင်အဓိကသုတေသနပြု လေ့လာမည့် အရာဖြစ်ပါသည်။



သင်၏သုတေသနမေးခွန်းနှင့် သက်ဆိုင်သော ဂျန်ဒါရေးရာ ကိစ္စရပ်များ အကြောင်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားရန် မမေ့ပါနှင့်။ ဥပမာအားဖြင့် ရေရှားပါးမှုများကြောင့် အမျိုးသမီး နှင့် အမျိုးသားများ ကွဲပြားစွာ ခံစားရသည့် သက်ရောက်မှု အမျိုးမျိုးကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားရန် လိုအပ်ပါသည်။

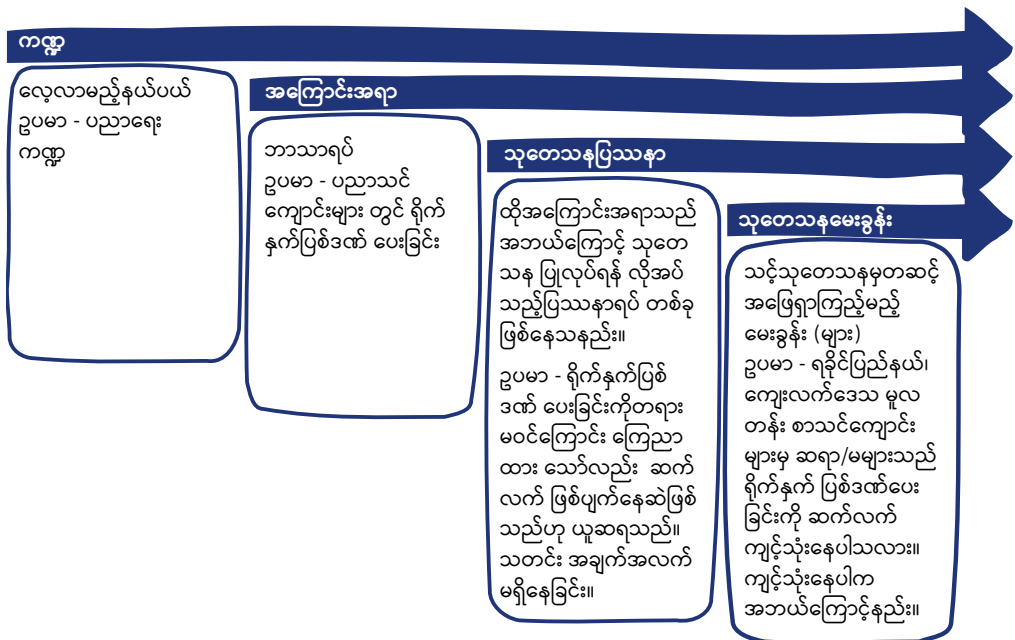


သုတေသနပြဿနာ (Research problem) မှာ သင်၏သုတေသနလေ့လာမှုပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ရသည့် အကြောင်းရင်း သို့မဟုတ် ထိုသုတေသန အကြောင်းအရာကို အလေးထား အာရုံစိုက်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်နေကြောင်း ရှင်းလင်းချက် ဖြစ်ပါသည်။ သင်စဉ်းစား ရွေးချယ်ထားသည့် သုတေသန အကြောင်းအရာနှင့်သက်ဆိုင်သော အချက်အလက် မရှိကြောင်း တွေ့ရနိုင်ပြီး ၎င်းသည်ပင် ပြဿနာ တစ်ရပ် ဖြစ်နေပါသည်။ သင်၏သုတေသနပြဿနာသည် အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

“ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို ကလေးသူငယ်များ၏ အခွင့်အရေးများ ချိုးဖောက်မှုတစ်ခု အဖြစ် နိုင်ငံတကာတွင် သိမှတ်ယူဆထားပြီး ထိုသို့ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းသည် ၎င်းတို့ကို ထိန်းသိမ်းကြပ်မတ်ရန်အတွက် ထိရောက်သော နည်းလမ်းမဟုတ်ကြောင်း သက်သေပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၉ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများဆိုင်ရာ ဥပဒေတွင် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ် ပေးခြင်းကို တရားမဝင်ကြောင်း ကြေညာထားပြီး ပညာသင်ကြားရာကျောင်း နေရာအားလုံး တွင် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ထားကြောင်း အစိုးရညွှန်ကြားချက် ထုတ်ပြန်ထားသော်လည်း ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်များနှင့် အတွေ့အကြုံများအရ ကျေးလက် ဒေသရှိ ဆရာ/မများသည် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း (ကျောင်းသားများကို မညာမတာ ထိုး နှက်ခြင်း/ရိုက်ပုတ်ခြင်း) တို့ ကျူးလွန်နေကြောင်း ဖော်ပြနေပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံ ကျေးလက်ဒေသမှ ဆရာ/မများသည် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို ဆက်လက် ကျင့်သုံးမှုရှိမရှိ သေချာမသိရှိရပါ။ အကယ်၍ ၎င်းတို့ ကျင့်သုံးနေဆဲဖြစ်ပါက မည်သည့် အတွက် ရိုက်နှက်အပြစ်ပေးခြင်းဖြစ်သနည်း။”

နောက်ဆုံးတွင် သင်၏လေ့လာမှုမှ အဖြေထုတ်ပေးမည့် မေးခွန်းဖြစ်သော **သုတေသနမေးခွန်း (Research question)** တည်ဆောက်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သုတေသန မေးခွန်းများကို အများအားဖြင့် *ဘယ်အရာ၊ အဘယ်ကြောင့်၊ ဘယ်လို စသည်တို့ဖြင့်* အစပြုလေ့ ရှိပါသည်။ သင်၏ သုတေသန မေးခွန်းအတွက် အချိန်တစ်ခု (ဥပမာ - လွန်ခဲ့သော ၅ နှစ်အတွင်း)၊ နေရာဒေသ (ဥပမာ - မွန်ပြည်နယ်)၊ လူဦးရေဖွဲ့စည်းပုံ (ဥပမာ - လူငယ်များ) သို့မဟုတ် အခြားကဏ္ဍတစ်ခုခု တိတိကျကျ ကန့်သတ်ခြင်း ဖြင့် ဘောင်ကျဉ်းနိုင်သမျှ ကျဉ်းယူရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကျေးလက် ဒေသရှိ မူလတန်း ကျောင်းများမှ ဆရာ/မများသည် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို ဆက်လက်ကျင့်သုံး ပါသလား။ ကျင့်သုံးပါက အဘယ်ကြောင့်နည်း။” ဤသုတေသန မေးခွန်းတွင် *အဘယ်ကြောင့်နည်း* နှင့် *နေရာဒေသအတိအကျ* (ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကျေးလက်ဒေသ) အပြင် လူဦးရေဖွဲ့စည်းပုံ (မူလတန်းပြ ဆရာ/မများ) စသည်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

သင်၏သုတေသန အဓိကဦးတည်ချက်ကို တိကျသေချာမှုရှိစေရန် ဘောင်ကျဉ်းအောင် ပြုလုပ်ရသည့် လုပ်ငန်းစဉ်သည် အလွန်အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ သင်၏ သုတေသန မေးခွန်းသည် သင်၏ သုတေသနစီမံကိန်းတစ်ခုလုံးကို လမ်းညွှန် ပေးမည် ဖြစ်သောကြောင့် အကယ်၍ ၎င်းသည် အရမ်း ကျယ်ပြန့်ပြီး ယေဘုယျဆန်နေပါက တိကျသေချာသော အဖြေများ ရရှိရန် သင့်အတွက် ခက်ခဲမည် ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းသည် သင့်ဦးတည်ချက်ပြတ်သားအောင် လုပ်ဆောင်ပေးပြီး သင် ကောက်ယူရန်လိုအပ်သည့် အချက်အလက်အမျိုးအစားကို ရွေးချယ်သတ်မှတ်ရာတွင် အထောက် အကူ ဖြစ်စေပါသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် သုတေသနမေးခွန်းသည် သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်အတွက် မရှိမဖြစ် အရေးပါလှပါသည်။



ယခုအခါ သုတေသနပြုလုပ်မည့် ပညာရပ်နယ်ပယ်ကဏ္ဍ၊ အကြောင်းအရာများ၊ သုတေသန ပြဿနာများ၊ နှင့် သုတေသနမေးခွန်းများ၏ ဆိုလိုရင်းကို သိရှိသွားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ နယ်ပယ်ကဏ္ဍတစ်ခုမှ သုတေသန မေးခွန်းတည်ဆောက်နိုင်ရန် အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ပူးပေါင်းဆွေးနွေးအဖြေရှာရန်၊ စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရန် နှင့် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ အပေါင်းအသင်းများ၊ ဆရာ/မများ သို့မဟုတ် ရပ်ရွာလူထု အဖွဲ့ဝင်များ နှင့်အတူ ဆွေးနွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နောက်အခန်းတွင် စာအုပ်စာတမ်းများ မည်သို့ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရမည်ကို ရှင်းလင်း ပြောဆိုသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

 လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၁

အခန်း (၂) လေ့ကျင့်ခန်းကို ပြန်လည်ကြည့်ရှုပါ။ ထိုသုတေသနနှင့်သက်ဆိုင်သော ပညာရပ်နယ်ပယ်ကဏ္ဍ၊ အကြောင်းအရာ၊ ပြဿနာနှင့် မေးခွန်းတို့ကို ခွဲခြား သတ်မှတ်နိုင်ပါသလား။ အောက်ပါပုံစံကားချပ်တွင် သင်၏အဖြေများ ဖြည့်စွက်ရေးသားပါ။

ကဏ္ဍ			
လေ့လာမည့်နယ်ပယ်	အကြောင်းအရာ		
	ဘာသာရပ်	သုတေသနပြဿနာ	
		သုတေသနမေးခွန်း	
		ထိုအကြောင်းအရာသည် အဘယ်ကြောင့် သုတေသန ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည့်ပြဿနာရပ် တစ်ခု ဖြစ်နေသနည်း။	
		သင့်သုတေသနမှတစ်ဆင့် အဖြေရှာကြည့်မည့် မေးခွန်း (များ)	



လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၂

အောက်ပါသုတေသနမေးခွန်းများကို ပို၍အသေးစိတ်ကျစေရန် ဘောင်ကျဉ်းအောင်ပြုလုပ်ပါ။

ဥပမာအားဖြင့် - အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် စိတ်ကျန်းမာရေးအပေါ် မည်သည့်သက်ရောက်မှုများ ရှိသနည်း။

အချိန်အတော်ငြိမ် အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်းကြောင့် စင်ကာပူနိုင်ငံ ငယ်ရွယ်သောအမျိုးသားများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးအပေါ် မည်သည့်သက်ရောက်မှုများရှိသနည်း။

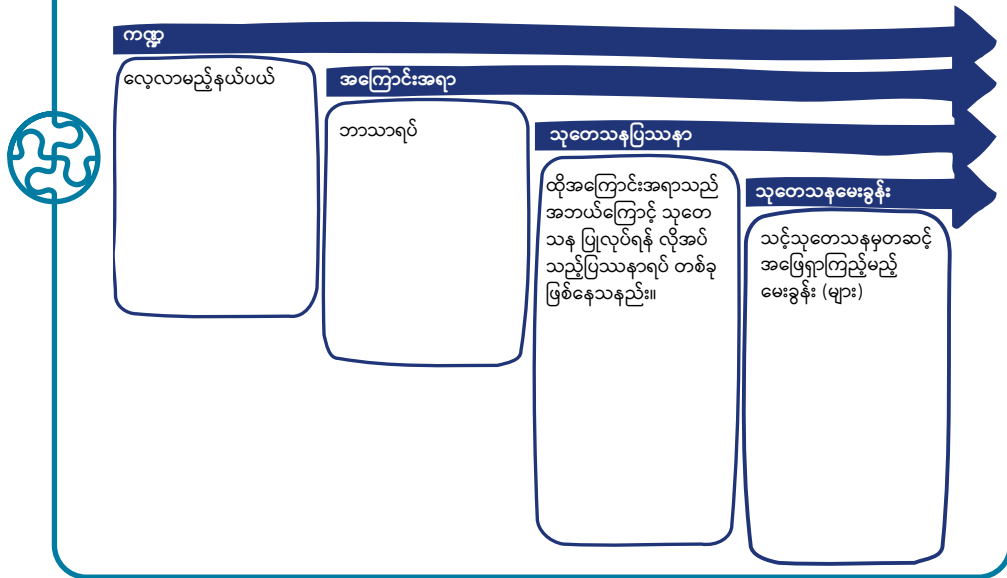
၁။ ဓာတုဓာတ်မြေဩဇာများ အသုံးပြုခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ တောင်သူလယ်သမားများ၏ ထင်မြင်ချက်များမှာ မည်သို့ရှိသနည်း။

၂။ ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များသည် ရပ်ရွာလူထုအပေါ်တွင် မည်သို့လွှမ်းမိုးထားသနည်း။

၃။ မိသားစုဝင်ငွေသည် ကျောင်းသားများ၏ တက္ကသိုလ်တွင် အဓိက ဘာသာရပ်များ ရွေးချယ်မှု အပေါ် သက်ရောက်မှု ရှိပါသလား။ ရှိပါက မည်သို့ဖြစ်သနည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

သုတေသနပြုလုပ်ရန် သင်မည်သည့်အကြောင်းအရာကို စိတ်ဝင်စားသနည်း။ လေ့လာမည့် ကဏ္ဍမှ သုတေသနမေးခွန်းအထိ အသေးစိတ် ကျစေရန် ဘောင်ကျဉ်းအောင် ပြုလုပ်ပါ။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Purdue University. (n.d.). *Research: Where to begin*. Purdue Online Writing Lab. https://owl.purdue.edu/owl/research_and_citation/conducting_research/research_overview/index.html

နောက်ခံအကြောင်းအရာများဆိုင်ရာ အသိအမြင် (စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ခြင်း)

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်းအဓိပ္ပာယ်နှင့် ၎င်းရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းလင်းပြောဆိုနိုင်မည်။
- အွန်လိုင်းပေါ်တွင် သတင်းအချက်အလက်/စာအုပ်စာတမ်းများ ရှာဖွေနိုင်မည်။
- အွန်လိုင်းအရင်းအမြစ်များ၏ အထောက်အထားခိုင်လုံမှုကို စစ်ဆေးနိုင်မည်။
- မှီငြမ်းကိုးကားခြင်းအဓိပ္ပာယ်နှင့် ၎င်း၏အရေးပါမှုကို နားလည်လာနိုင်မည်။

စာအုပ်စာတမ်းများဟူသည်အဘယ်နည်း။

“စာအုပ်စာတမ်းများ” ကို ဘာသာရပ်တစ်ခုနှင့် သက်ဆိုင်သည့် အချက်အလက်များ စုစည်းမှု အဖြစ် အဓိပ္ပာယ် သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ ၎င်းကို စာအုပ်များနှင့် ဂျာနယ်ဆောင်းပါးများ၊ အစိုးရ မဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ (NGOs) မှ ထုတ် ဝေဖြန့်ချိသည့် အစီရင်ခံစာများ၊ မူဝါဒများ သို့မဟုတ် ထုတ်ပြန်ချက်များကဲ့သို့ အစိုးရစာရွက် စာတမ်းများ၊ ဘလော့များ၊ သတင်းစာများ၊ မဂ္ဂဇင်း စာစောင်များ၊ အင်တာနက်စာမျက်နှာ များ၊ သတင်းမှတ်တမ်းများ စသည်တို့တွင် တွေ့ရှိ နိုင်ပါသည်။



စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ခြင်းဟူသည်အဘယ်နည်း။

Kiteley နှင့် Stogdon (၂၀၁၄) တို့က စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ခြင်းကို "[...] ပညာရပ် နယ်ပယ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာတစ်ခုနှင့်သက်ဆိုင်သည့် စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များ၊ အရေးကိစ္စ ရပ်များ၊ ချဉ်းကပ်နည်းများနှင့် သုတေသန တွေ့ရှိချက်များ အားလုံးပါဝင်သည့် အကျဉ်းချုပ်တစ်ခု” (စာ ၉) အဖြစ် သတ်မှတ်ထားပါသည်။ စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်းသည် သင်ရွေးချယ် ထားသော နယ်ပယ်ကဏ္ဍမှ သင်၏သုတေသန အကြောင်းအရာနှင့် ကိုက်ညီသည့် စာအုပ်စာတမ်း များကို ဖတ်ရှုခြင်း၊ စုစည်းအနှစ်ချုပ်ခြင်း၊ နှင့် ပိုင်းခြားစိစစ်သုံးသပ်ခြင်းတို့ ပါဝင်သဖြင့် အချိန်များများ ပေးရသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင်လည်း အစဦးတွင်စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ် သုံးသပ်ရာ၌ ခက်ခဲသည့်ပုံ ပေါက်နေလျှင် မစိုးရိမ်ပါနှင့်၊ အကြောင်းမှာ ၎င်းသည် အလေ့အကျင့်များ လေ ပို၍တိုးတက်လာလေဖြစ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

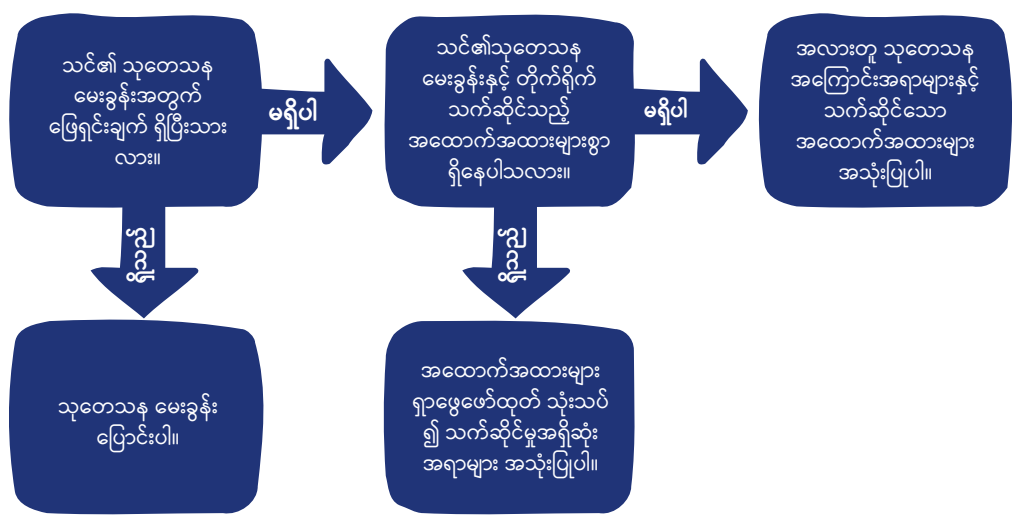
စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်ရသည့် ရည်ရွယ်ချက်မှာ အဘယ် နည်း။

စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုပြုလုပ်ရသည့် အဓိကရည်ရွယ်ချက်သည် အခြားသုတေသီတစ် ဦးဦးက သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းကို ဖြေရှင်းထားပြီးခြင်း ရှိမရှိ လေ့လာဆန်းစစ်ရန်နှင့် သုတေသန အကြောင်းအရာနှင့် သက်ဆိုင်သော နောက်ခံအချက်အလက်များကို နားလည်သိရှိနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်၏သုတေသန မေးခွန်းမှာ “မွန်ပြည်နယ်တွင် အခါရာသီအလျောက် ရေကြီးရေလျှံ ခြင်းကြောင့် ကလေးသူငယ်များ၏ ပညာသင်ယူခွင့်အပေါ် မည်သည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများရှိ သနည်း” ဟူသော မေးခွန်းဖြစ်လျှင် အလားတူမေးခွန်းကို ရှင်းလင်း ဖြေဆိုထားသည့် စာအုပ်စာတမ်း အထောက်အထားများ ရှာဖွေရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် တိကျသော အဖြေတစ်ခုပေးထားသည့် အထောက်အထားများစွာ ရှာတွေ့ ပါက သင်၏ သုတေသနပြုလုပ်ရန် မလိုအပ်ဘဲ သုတေသန မေးခွန်းကို ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်နေခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သာဓကအားဖြင့် “ရာသီဥတုပြောင်းလဲခြင်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများ မည်သည် တို့နည်း” ဟူသော သုတေသနမေးခွန်းကို အင်တာနက် ပေါ်တွင် အမြန်ရှာကြည့်လိုက်သည်နှင့် ဤ အကြောင်းအရာ (ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများ) ကို ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းရှိ အခြား သုတေသီများက လေ့လာဖော်ထုတ်ပြီး ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ထိုသုတေသီများသည် သင့်အတွက် သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းကို ဖြေရှင်းပြီးဖြစ်ကြောင်း တွေ့ရပါလိမ့်မည်။

တစ်နည်းအားဖြင့် သင်၏သုတေသနမေးခွန်းကို မဖြေရှင်းရသေးပါက သို့မဟုတ် သင့်အနေဖြင့် နောက်ထပ် လေ့လာဖော်ထုတ်ရန် လိုအပ်နေဆဲဖြစ်သည်ဟု ယူဆပါက အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သည့်အရာ များကို ရွေးချယ်နိုင်ရန်အလို့ငှာ သင်၏သုတေသနပြဿနာနှင့် သုတေသနမေးခွန်းတို့နှင့် သက်ဆိုင်သော အထောက်အထားများကို ပြန်လည် သုံးသပ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ များသောအားဖြင့် အကြောင်းအရာတစ်ခုနှင့် ပတ်သက်သည့် စာအုပ်စာတမ်းများစွာ (အထူးသဖြင့် အင်တာနက်ပေါ်တွင်) ရှိနေပြီး ထည့်သွင်းရမည့်အရာနှင့် ချန်လှပ်ထားရမည့်အရာတို့ကို ရွေးချယ် ဆုံးဖြတ်ရခြင်းသည် စာအုပ်စာတမ်းများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်သည့် လုပ်ငန်းစဉ်၏ အရေးကြီး အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့်ဆက်စပ်သော အထောက်အထားတစ်ခုမျှ မတွေ့ရှိနိုင်သောကြောင့် အလားတူသော သုတေသနအကြောင်းအရာ အထောက်အထားများကို ရှာဖွေကြည့်ရပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် “မွန်ပြည်နယ်တွင် အခါရာသီအလျောက် ရေကြီးရေလျှံခြင်းကြောင့် ကလေးသူငယ်များ၏ ပညာသင်ယူခွင့် အပေါ် မည်သည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများရှိသနည်း” ဟူသောမေးခွန်းကို ဖြေရှင်းရာတွင် အထောက်အထားတစ်ခုမျှ ရှာမတွေ့ပါက မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝှမ်း ရေကြီးရေလျှံမှုကြောင့် ပညာရေးအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ သို့မဟုတ် အခြား နိုင်ငံများတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုကြောင့် ကလေးသူငယ်များ၏ ပညာရေးအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများနှင့် ပတ်သက်သော လေ့လာမှုများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရပါမည်။



စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာသုံးသပ်၍ ထိုအထောက်အထားများအားလုံးကို သုံးသပ်ခြင်းမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် စိစစ်တွေ့ရှိချက်နှင့် အကျဉ်းချုပ်ရေးသားပြီးနောက် တစ်လျှောက်လုံး သင်ရရှိသော အသိ ပညာသည် သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ် နောက်အဆင့်များအတွက် အထောက်အကူပေးနိုင်ပါသည်။ ယခုအခါ သင်သည် ဤအကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ ကောင်းစွာနားလည်သိရှိပြီး အခြားသူများကို ရှင်းလင်းပြောပြနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့အပြင် ဤစာအုပ်စာတမ်း လေ့လာသုံးသပ်ချက်ကို အစီရင်ခံစာ (တစ်စောင်ရေးသားရန် ရွေးချယ်ထားပါက) တွင်လည်း ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။ ထိုသုံးသပ်ချက်သည် သင်၏အစီရင်ခံစာကို ဖတ်ရှုသောသူတိုင်းကို ထိုခေါင်းစဉ်၏ နောက်ခံ အကြောင်း သိရှိစေနိုင်ပြီး သင်၏သုတေသနကို နားလည်စေရန် အလို့ငှာ ၎င်းတို့သိရှိထားရန် လိုအပ်သည့် အရေးပါသော ယူဆချက်များကိုလည်း အကြမ်းဖျင်း ဖော်ပြပေးနိုင်ပါသည်။

စာအုပ်စာတမ်းများ မည်သို့ရှာဖွေမည်နည်း။

စာအုပ်စာတမ်းများဆန်းစစ်သုံးသပ်ခြင်းသည် စာအုပ်စာတမ်းများ ရှာဖွေခြင်းဖြင့် အစပြုပါသည်။



- အရင်းအမြစ် (သတင်းအချက်အလက်)။ သတင်းအချက်အလက် ပံ့ပိုးပေးနိုင်သော လူပုဂ္ဂိုလ်၊ စာအုပ်၊ စာရွက်စာတမ်း၊ ဆောင်းပါး၊ စသည်ဖြင့်။
- ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် အရင်းအမြစ်။ ကျိုးကြောင်းဆီလျော်သော အကြောင်းပြချက်နှင့်/သို့မဟုတ် အထောက်အထားကို အခြေခံသည်။ ယုံကြည်အားထားနိုင်သည်။
- ရည်ညွှန်း/ကိုးကားသည်။ အရင်းအမြစ်တစ်ခုကို ဖော်ပြရန် သို့မဟုတ် မှီငြမ်းရန်။
- စာစုစာရင်း။ အကြောင်းအရာအလိုက် လေ့လာသုံးသပ်ထားသည့် အရင်းအမြစ်များစာရင်း။
- ကျမ်းကိုးစာရင်း။ စာရေးသူ (ဥပမာအားဖြင့် ဆောင်းပါး သို့မဟုတ် အစီရင်ခံစာတစ်စောင်တွင်) အသုံးပြုထားသည့် (မှီငြမ်း သို့မဟုတ် ကိုးကားထားသည့်) အရင်းအမြစ်များ စာရင်း။
- ခိုးယူကူးချခြင်း။ သင့်ကိုယ်ပိုင်လုပ်ဆောင်ချက်မဟုတ်ကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းမရှိဘဲ တစ်စုံတစ်ဦး၏ စကားလုံးများ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးအကြံအစည်များကို အသုံးပြုခြင်း။

အောက်ပါအကြံပြုချက်များသည် ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရန် စာအုပ်စာတမ်းများ ရှာဖွေခြင်းအတွက် ဖြစ်ပါသည်။

ကိုင်တွယ်ဖတ်ရှုနိုင်သည့် (မိတ္တူ) စာအုပ်များနှင့် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေမှုများ ရှာဖွေရန် -

- စာကြည့်တိုက်များ (အများပြည်သူသုံး စာကြည့်တိုက်များနှင့် တက္ကသိုလ်စာကြည့်တိုက်များ)

- အဖွဲ့အစည်းများတွင် အများအားဖြင့် ၎င်းတို့လုပ်ငန်းနှင့်ဆက်စပ်၍ ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေထားသည့် စာအုပ်၊ စာတမ်းများ စုစည်းမှု အနည်းအကျဉ်း ရှိတတ်ပါသည်။

အွန်လိုင်းအကိုးအကားများရှာဖွေရန် -

- [Wiley Online Library](#),^၁ [Academia](#),^၂ [Research Gate](#),^၃ နှင့် [Core](#)^၄ ကဲ့သို့ အွန်လိုင်း စာကြည့်တိုက်များတွင် ရှာဖွေကြည့်ပါ (သို့သော် ၎င်းတို့သည် အမြဲတမ်း အခမဲ့မဟုတ်ပါ)။
- [Google Scholar](#),^၅ [Google Books](#),^၆ and [CrossRef](#)^၇ ကဲ့သို့ အွန်လိုင်း အချက်အလက်များ သိုမှီးရာ နေရာများ တွင် ရှာဖွေကြည့်ပါ။
- [The Online Burma/Myanmar Library](#),^၈ [Tea Circle](#)^၉ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ကို တစ်ပေါင်းတည်း စုစည်းထားသည့် [bibliography](#)^{၁၀} တို့တွင် ရှာဖွေကြည့်ပါ သို့မဟုတ် မြန်မာနိုင်ငံနှင့် အဓိက သက်ဆိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန် Andrew Shelth စုစည်းထားသည့် [bibliography](#)^{၁၁} ကို အသုံးပြုပါ။
- စာအုပ်များနှင့် ဆောင်းပါးများ အခမဲ့ရယူနိုင်ရန် [sci-hub](#)^{၁၂} နှင့် [z-lib](#)^{၁၃} ကို အသုံးပြုပါ။

သင်၏သုတေသနအကြောင်းရာနှင့်ကိုက်ညီသော အထောက်အထားများ ရှာဖွေရန် -

- သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာအလိုက် အဓိကစကားလုံးများကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ဥပမာအနေဖြင့် သင်သည် “ဆက်ကျော်သက်အရွယ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း” အကြောင်း သုတေသနစာတမ်းပြုစုရန် ရည်ရွယ်ထားပါက “ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊” “ဆက်ကျော်သက်အရွယ် မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး၊” “ဆက်ကျော်သက်အရွယ် မိခင်များ” အစရှိသည့် စကားရပ်များထည့်သွင်းရှာဖွေရပါမည်။
- နိုင်ငံအထူးပြု စာအုပ်စာတမ်းများရှာဖွေရာတွင် “Myanmar” နှင့် “Burma” စကားလုံးနှစ်မျိုးလုံး အသုံးပြုရန် မမေ့ပါနှင့်။
- သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့် သက်ဆိုင်သော အထောက်အထားများ ရှာဖွေပြီးနောက် ပို၍ကိုက်ညီမှုရှိသည့် အကိုးအကားများကို တွေ့ရှိနိုင်ရန် ၎င်းတို့၏ စာစုစာရင်း သို့မဟုတ် ကျမ်းကိုးစာရင်းများကို ဖတ်ရှုကြည့်ပါ။

၁ Wiley Online Library. <https://onlinelibrary.wiley.com/>

၂ Academia. <https://www.academia.edu/>

၃ Research Gate. <https://www.researchgate.net/>

၄ Core. <https://core.ac.uk/>

၅ Google Scholar. <https://scholar.google.com/>

၆ Google Books. <https://books.google.com/>

၇ Crossref. <https://search.crossref.org/>

၈ Online Burma Library. <http://www.burmalibrary.org/>

၉ Tea Circle. <https://teacircleoxford.com/>

၁၀ Tea Circle: Bibliography of Burmese Studies https://docs.google.com/spreadsheets/d/1_A2zknhO4SGoFmT4CBOUDhGW9IL91A1WGNMnV7LrY/edit#gid=150686075

၁၁ Selth, A. (2018). Burma (Myanmar) since the 1988 uprising: A select bibliography. Griffith University. https://www.griffith.edu.au/_data/assets/pdf_file/0032/485942/Burma-Bibliography-2018-Selth-web.pdf

၁၂ Sci-hub. <http://www.sci-hub.se/>

၁၃ Z-lib. <http://www.z-lib.org/>

အွန်လိုင်းအရင်းအမြစ်များ၏ အထောက်အထားခိုင်လုံမှု စစ်ဆေးခြင်း

အရင်းအမြစ်တစ်ခုသည် အထောက်အထားခိုင်လုံမှုရှိပါက ကျွန်ုပ်တို့အနေဖြင့် ထိုအရင်းအမြစ်မှ အချက်အလက်များကို ယုံကြည်စိတ်ချစွာ မှီခိုအားထားနိုင်ပါသည်။ စာရေးသူအနေဖြင့် ကိုယ်ပိုင်ထင်မြင်ယူဆချက်များ မဟုတ်ဘဲ သက်သေအထောက်အထား အပေါ်တွင်သာ အခြေခံသော ကျိုးကြောင်းပြဆွေးနွေးတင်ပြချက်များဖြင့် အထောက်အထားခိုင်လုံသည့် အခြား အရင်းအမြစ်များကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ သုတေသနပြုလုပ်သောအခါ မေးခွန်းများအတွက် တိကျမှန်ကန်သော အဖြေကို ရှာဖွေခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် အသုံးပြုသော သတင်းအချက်အလက် အထောက်အထားများသည် မှန်ကန်၍ ခိုင်လုံမှုရှိရန် အရေးကြီးလှပါသည်။ အင်တာနက်ပေါ်မှ သတင်းအချက်အလက်အများစုသည် စာရေးသူ၏ ထင်မြင်ချက် ပေါ်တွင်သာ အခြေခံထားပြီး အသေးစိတ်ကျကျ သုတေသနပြုလုပ်ထားခြင်းမရှိပါ သို့မဟုတ် အဓိပ္ပာယ်မရှိသော စကားများသာ ဖြစ်ပါသည်။

အွန်လိုင်းအရင်းအမြစ်များ၏ အထောက်အထားခိုင်လုံမှုကို စစ်ဆေးနိုင်ရန် အောက်ပါမေးခွန်း များအဖြေကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။

- ထိုသတင်းအချက်အလက်သည် များမကြာမီက/လက်ရှိဖြစ်ပါသလား။
- ၎င်းတွင် အဓိကကျသော သတင်းအချက်အလက်အများစု ပါဝင်သလား။
- ထိုအရင်းအမြစ်တွင် ကိုးကားချက်များ ထည့်သွင်းထားပါသလား။
- ထိုအရင်းအမြစ်ရည်ရွယ်ချက်ကို သိရှိပါသလား။ ၎င်းသည် သတင်းအချက်အလက် ပေးရန်၊ စည်းရုံးရန်၊ သို့မဟုတ် ဖြေဖျော်ရန် ရေးသား/ဖန်တီးထားခြင်း ဖြစ်ပါသလား။
- စာရေးသူ၏ နာမည်ကို ထည့်သွင်းဖော်ပြထားပါသလား။ စာရေးသူနှင့်ပတ်သက်၍ ပိုမိုသိရှိနိုင်ရန် ရှာကြည့်နိုင်ပါသလား။

အကယ်၍ သင်သည် အထက်ပါမေးခွန်းအများစုကို “ဟုတ်မှန်ကြောင်း” ဖြေဆိုထားပါက ၎င်းသည် အထောက်အထားခိုင်လုံသည့် အရင်းအမြစ်တစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သတင်းအချက်အလက် ပေးရန် ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် ဖန်တီးထားသည့် အရင်းအမြစ်များသည် ဖြေဖျော်ရန်သက်သက် ဖန်တီးထားသည့် အရင်းအမြစ်များထက် ပို၍ အထောက်အထားခိုင်လုံပါသည်။ အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် အရင်းအမြစ်တစ်ခုသည် အထောက်အထားခိုင်လုံမှုမရှိ၊ မသေချာပါက အကူအညီတောင်းကြည့်ပါ သို့မဟုတ် ၎င်းကို အသုံးမပြုပါနှင့်။

စာအုပ်စာတမ်းများ မည်သို့ပြန်လည်သုံးသပ်မည်နည်း။

သင့်သုတေသနနှင့် သက်ဆိုင်သော အထောက်အထားအချို့တွေ့ရှိ၍ စတင်ဖတ်ရှုသည့်အခါတွင် မှတ်စုရေးမှတ်ထားရန်နှင့် သင်ဖတ်ရှုပြီးသည့် အထောက်အထားများကို မှတ်တမ်းတင်ထားရန် (စာရေးသူ၊ ရက်စွဲ၊ ခေါင်းစဉ်၊ နှင့် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေသူတို့ အပါအဝင်) မမေ့ပါနှင့်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်း အားဖြင့် နောင်တွင် ထိုသတင်းအချက်အလက်ကို ပြန်လည်ရှာဖွေရန် လိုအပ်လာပါက သို့မဟုတ် သင် ရေးသားသည့် အစီရင်ခံ သို့မဟုတ် တင်ပြချက်တွင် မှီငြမ်းကိုးကား လိုပါက အထောက်အကူဖြစ်နိုင် ပါသည်။

သင့်အနေဖြင့် စာအုပ်စာတမ်း အထောက်အထားများ ဆန်းစစ်သုံးသပ်ရာတွင် အောက်ပါမေးခွန်းများ ကို စဉ်းစားကြည့် သင့်ပါသည်။

- ဤအထောက်အထားသည် ကျွန်ုပ်၏သုတေသနစီမံကိန်းနှင့်သက်ဆိုင်မှုရှိပါသလား။ ၎င်းသည် ကျွန်ုပ်၏ သုတေသနအကြောင်းအရာနောက်ခံကို နားလည်သိရှိစေရန် အထောက် အကူ ဖြစ်စေပါသလား။
- ဤအထောက်အထား၏ အားနည်းချက်နှင့် အားသာချက်များမှာ အဘယ်နည်း။ ဥပမာ အားဖြင့် စာရေးသူသည် ၎င်း၏ အကျိုးအကြောင်း ဆွေးနွေး တင်ပြချက်ကို ထောက်ခံသည့် သက်သေအထောက်အထားများစွာ ဖော်ပြထားခြင်းသည် အားသာချက်တစ်ခု ဖြစ်နိုင် ပါသည်။ စာရေးသူသည် အချို့ကဏ္ဍများနှင့်ပတ်သက်၍ အသေးစိတ်အချက်အလက် အပြည့်အစုံမဖော်ပြထားခြင်းသည် အားနည်းချက် တစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
- ၎င်းသည် မူရင်းသုတေသနဖြစ်လျှင် အချက်အလက်များကို မည်သို့ ကောက်ယူခဲ့သနည်း။
- စာရေးသူ၏ သုံးသပ်ချက်မှာ အဘယ်နည်း။
- ထိုအထောက်အထားသည် ကျွန်ုပ်၏ သုတေသနမေးခွန်းအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိပါ သလား - ကျွန်ုပ်အနေဖြင့် မေးခွန်းကို တည်းဖြတ်ရန်/ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်ပါသလား။

အထောက်အထားများ ကိုးကားခြင်း

ခိုးယူကူးချမှု (သင့်ကိုယ်ပိုင်အရေးအသား မဟုတ်ကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်းမရှိဘဲ တစ်စုံတစ်ဦး၏ စကားလုံးများ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးအကြံအစည်များကို ကူးချခြင်း) ကို ရှောင်ရှားနိုင်ရန် သင်အသုံးပြုသော အထောက်အထားအားလုံးအတွက် **ကိုးကားချက်** ပါရှိရပါမည်။ အေပီအေ ပုံစံ^{၁၄} နှင့် ဟားဗတ်ပုံစံအပါအဝင် အခြား သင်အသုံးပြုနိုင်သည့် ကိုးကားချက် ဖော်ပြသည့်ပုံစံ အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွင်း သို့မဟုတ် ၎င်းအတွက် သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း ဖြစ်ပါက ၎င်းတို့ မည်သည့်ပုံစံကို ပိုမိုလိုလားကြောင်း သိရှိရန် စစ်ဆေးမေးမြန်းပါ။ ဤလမ်းညွှန်တွင် ခုနှစ်ကြိမ်မြောက်ထုတ်ဝေသည့် အေပီအေ ပုံစံကို အသုံးပြုထားပါသည်။

- အကယ်၍ သင်သည် တစ်စုံတစ်ဦး၏ရေးသားချက်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း ကူးယူအသုံးပြုထားပါက ဖြစ်နိုင်လျှင် ထိုစာမျက်နှာနံပါတ်ထည့်သွင်းပြီး မျက်တောင်အဖွင့်အပိတ်ဖြင့် ဖော်ပြပါ။ ဥပမာ -

“ယခင်က ရပ်ရွာအရေးကိစ္စများသည် ကျေးရွာခေါင်းဆောင်များနှင့်သာ သက်ဆိုင်သော နယ်ပယ် ဖြစ်သည်ဟု ယူဆခဲ့ကြသော လူမှုအသိုက်အဝန်းများတွင် ကျေးရွာအတွင်းမှ ရပ်မိရပ်ဖများနှင့် ရာအိမ်မှူး၊ ဆယ်အိမ်မှူးများ၊ ဒေသခံလူငယ်များသည် ရပ်ရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် အဓိက ကျသောသူများ ဖြစ်လာပါသည်” (ActionAid မြန်မာ၊ ၂၀၂၀၊ စာ ၁၇)။”

- အကယ်၍ တစ်စုံတစ်ဦး၏ ရေးသားချက်ကို အသုံးပြုထားသော်လည်း သင့်ကိုယ်ပိုင်အသုံးအနှုန်းဖြင့် ရေးသား/ပြောဆိုထားပါက အကိုးအကားတစ်ခု ထည့်သွင်းဖော်ပြရပါမည်။ ဥပမာ -

ActionAid မြန်မာ (၂၀၂၀) ၏တွေ့ရှိချက်အရ ကျေးရွာနေလူငယ်များသည် ၎င်းတို့၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ပို၍ အရေးပါလာပြီး ပိုမိုပါဝင်လုပ်ဆောင်လာကြသည်။

- သင်အသုံးပြုနေသော သတင်းအချက်အလက်သည် “အခြေခံ အသိဗဟုသုတ” ဖြစ်ပါက အကိုးအကားဖော်ပြရန် မလိုအပ်ပါ။ ဥပမာ -

မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းခြောက်သွေ့ဒေသနှင့် ချင်းပြည်နယ်နေရာအချို့တွင် မိုးခေါင်ခြင်းနှင့် ရေရှားပါးမှုများကို ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရလေ့ရှိပါသည်။

၁၄ APA Style, <https://apastyle.apa.org>

သင်၏တင်ပြချက် သို့မဟုတ် ရေးသားထားသည့် အစီရင်ခံတွင် ကိုးကားထားသည့် အထောက်အထားများကို အဆုံးတွင် ကျမ်းကိုးစာရင်းထဲ ထည့်သွင်းဖော်ပြရပါသည်။ ဤလမ်းညွှန်အဆုံးတွင် ကျမ်းကိုးစာရင်းနမူနာတစ်ခု ဖော်ပြထားပါသည်။



ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့်ဖြစ်စေ မရည်ရွယ်ဘဲဖြစ်စေ မှန်မှန်ကန်ကန် ကိုးကားမှီငြမ်းမှု မပြုခြင်းသည် ကျင့်ဝတ်နှင့် မညီညွတ်သောကြောင့် ပြင်းထန်သော အကျိုးဆက်များရှိလာနိုင်ပါသည်။ ၎င်းသည် သင်နှင့် သင်၏သူတေသန ကို မယုံကြည်ရသော၊ ကျင့်ဝတ်ပျက်ပြားသော အရာအဖြစ် ထင်မြင်ခံရစေပြီး သင်သည် စာသင်ကျောင်း သို့မဟုတ် တက္ကသိုလ်တစ်ခုတွင် လေ့လာဆည်းပူးနေလျှင် ခိုးယူကူးချခြင်းကြောင့် စာမေးပွဲ ကျနိုင်ပြီး ကျောင်းမှ ရပ်နားခံရခြင်း သို့မဟုတ် ထုတ်ပယ်ခံရသည့်အထိပင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၁

၁။ <https://factsanddetails.com> သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုလေ့လာပါ။ ၎င်းသည် ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် ဝက်ဘ်ဆိုက်တစ်ခု ဖြစ်သည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။

၂။ www.droughtmanagement.info သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုလေ့လာပါ။ ၎င်းသည် သတင်းအချက်အလက်များ ရှာဖွေရန် ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် ဝက်ဘ်ဆိုက်တစ်ခုဖြစ်သည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။

သင်၏စီမံကိန်း



- သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာကို စဉ်းစားကြည့်ပါ သို့မဟုတ် အခန်း (၂) နှင့် (၃) တွင် ဖော်ပြထားသော ဥပမာများမှ အကြောင်းအရာများထဲမှ တစ်ခုရွေးချယ်ပါ။
- အဓိက ရှာဖွေရမည့် ဝေါဟာရစကားရပ်များကို ရွေးချယ်၍ သက်ဆိုင်ရာ သုတေသန စာတမ်း သို့မဟုတ် ဆောင်းပါးအတွက် ရှာဖွေပါ။
- ထိုဆောင်းပါးသည် သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်းအရာနှင့် မည်သို့သက်ဆိုင်မှုရှိကြောင်း (မရှိကြောင်း) အကျဉ်းချုပ် ရှင်းပြပါ။
- သင်၏ သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့် သက်ဆိုင်သော အထောက်အထားတစ်ခု တွေ့ရှိပါက ၎င်း၏ စာစုစာရင်း သို့မဟုတ် ကျမ်းကိုးစာရင်းကို ရှာဖွေပါ။
- စာစုစာရင်း/ကျမ်းကိုးစာရင်းကို ဖတ်ရှု၍ သင်၏ သုတေသနအကြောင်းနှင့် သက်ဆိုင်သည်ထင်သော အခြား ခေါင်းစဉ်များ ရှာဖွေပါ။ ထို့နောက် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ထိုအထောက်အထားကို ရှာကြည့်ပါ။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Eisen, A. (2014, June 24). *Research 101: Searching is strategic*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=4CHKYaJkuO0>

Google Scholar. "Search tips". <https://scholar.google.com/intl/en/scholar/help.html>

Kiteley, R. & Stogdon, C. (2014). Chapter 1 What is a literature review? In *Literature Reviews in Social Work*. Sage. https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/58106_Kiteley_&_Stogdon.pdf

USCLibraries. (2022). Organizing your social sciences research paper. 11. Citing sources. *Research Guides*. <https://libguides.usc.edu/writingguide/citingsources>

မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ် ရွေးချယ်ခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- အရည်အသွေးနှင့် အရေအတွက်စံပြ သုတေသနနည်းစနစ်များကို ခွဲခြားနိုင်၍ ၎င်းတို့ကို အဘယ်ကြောင့် အသုံးပြုကြောင်း သိရှိနိုင်မည်။
- အရည်အသွေးနှင့် အရေအတွက်စံပြ သုတေသနနည်းစနစ်များ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများကို ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။

သုတေသနနည်းစနစ်ဟူသည် အဘယ်နည်း။

သုတေသန နည်းစနစ်ဟူသည် အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် ကျွန်ုပ်တို့အသုံးပြုသော ချဉ်းကပ်နည်းဖြစ်ပါသည်။ နည်းစနစ်အမျိုးအစား အမျိုးမျိုးရှိသော်လည်း လူမှုသုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် ယေဘုယျအားဖြင့် **အရည်အသွေးစံပြ သုတေသနနည်းစနစ်** သို့မဟုတ် **အရေအတွက်စံပြ သုတေသနနည်းစနစ်** တစ်ခုခုကို အသုံးပြုလေ့ ရှိပါသည်။

အရည်အသွေးစံပြသုတေသနနည်းစနစ်



ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်ကျခြင်း။ တစ်ဦးတစ်ယောက်၏သဘောထားအမြင်၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆန်ခြင်း။

အရည်အသွေးစံပြ သုတေသနနည်းစနစ်ကို အခြေအနေ၊ အကြောင်းအရာကိစ္စများ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးအကြံအစည်များ၏ “အရည်အသွေး” (၎င်းတို့သည် မည်သည့်အရာများဖြစ်ပြီး မည်သည်ကို ဆိုလိုသနည်း) သိရှိလိုသည့်အခါ အသုံးပြုလေ့ရှိသော ချဉ်းကပ်နည်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အခြေအနေများတွင် အချက်အလက်ကောက်ယူရာ၌ နှုတ်ထွက် စကားများဖြင့် (အရည်အသွေးစံပြ အချက်အလက်) ကောက်ယူလေ့ရှိပါသည်။ လူမှုသုတေသနတွင် အရည်အသွေးစံပြ နည်းစနစ် အသုံးပြုသော လေ့လာမှုများသည် အသေးစိတ်အချက်အလက်များများဖြင့် ဖော်ပြရန်နှင့် ထိုအရေး ကိစ္စရပ်များ သည် ဖြေဆိုသူများ၏ ဘဝကို မည်သို့ထိခိုက်စေကြောင်း အတွင်းကျကျ နားလည်သိရှိစေ ရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။

ပြည့်စုံသောဖော်ပြချက်များ ထွက်ပေါ်လာစေရန်နှင့် နက်နက်နဲနဲ နားလည်လာစေရန်အလို့ငှာ အရည်အသွေးစံပြု လေ့လာသည့် သုတေသီများသည် ပါဝင်ဖြေဆိုပေးသူ တစ်ဦးချင်းစီအတွက် အချိန်နှင့် အာရုံစိုက်မှု အလုံအလောက်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် အရည်အသွေးစံပြုလေ့လာမှုများတွင် အများအားဖြင့် သေးငယ်သော နမူနာ အရွယ်အစား (ဖြေဆိုသူအရေအတွက်) မှ အချက်အလက်များကောက်ယူစုဆောင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤသဘောတရားမှာ အရည်အသွေးစံပြု သုတေသနနည်းစနစ်သည် အချို့သောလူတစ်စု (သင်၏သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများ) ၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များနှင့် အတွေ့အကြုံများကိုသာ နားလည်သိရှိရန် ရည်ရွယ်ထားသောကြောင့် ၎င်းသည် ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ထက် ပို၍ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်ကျသော ချည်းကပ်နည်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အရည်အသွေးစံပြုသုတေသနနည်းစနစ်အသုံးပြုသော သုတေသနစီမံကိန်း

အမည်မသိ။ (၂၀၂၀)။ ဌာနေတိုင်းရင်းသားများ၏ ဓလေ့ထုံးတမ်းမြေယာ လုပ်ပိုင်ခွင့်ကို အသိအမှတ်မပြုခြင်း - ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်ရှိ လယ်ယာမြေဥပဒေ ပြင်ဆင်ခြင်းဆိုင်ရာ အတွေ့အကြုံများနှင့် သဘောထားအမြင်များ။ သပြေညာရေးဖောင်ဒေးရှင်း

မြန်မာနိုင်ငံ နေရာအသီးသီးတွင် မြေယာကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ပဋိပက္ခများ ဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသောကြောင့် ဤသုတေသနတွင် သုတေသီသည် နိုင်ငံအတွင်း မြေယာပဋိပက္ခများအကြောင်း လေ့လာရန် စိတ်ပါဝင်စားခဲ့ပါသည်။ မြေယာသိမ်းယူခြင်းကြောင့် တောင်သူလယ်သမားများအပေါ် အထူးသဖြင့် ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်ရှိ လယ်ယာမြေ ဥပဒေပြင်ဆင်ရေးအပေါ် သက်ရောက်မှုအကြောင်း အဓိကထား လေ့လာမှုများ အနည်းငယ်သာရှိကြောင်း သူမ တွေ့ရှိခဲ့ရသည်။ အစောပိုင်းစာအုပ်စာတမ်းများကို အချိန်ယူစဉ်းစားသုံးသပ်ပြီးနောက် သူမသည် “မြေယာသိမ်းယူခြင်း နှင့်ပတ်သက်၍ ကရင်နီတောင်သူလယ်သမားများ၏ အတွေ့အကြုံများမှာ အဘယ်နည်းနှင့် လယ်ယာမြေ ဥပဒေပြင်ဆင်ရေး နှင့်ပတ်သက်၍ ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်အခြေစိုက် အရပ်ဘက်လူမှုအဖွဲ့အစည်းများ (CSOs) နှင့် တိုင်းရင်းသား နိုင်ငံရေးပါတီများ၏ သဘောထားအမြင်များမှာ အဘယ်နည်း” ဟူသော သုတေသနမေးခွန်းများကို ထုတ်ဖော်ခဲ့ပါသည်။

သုတေသီသည် တောင်သူလယ်သမားများနှင့် မြေယာအရေးဆောင်ရွက်နေသော ကျွမ်းကျင် ပညာရှင်များ၏ အတွေ့အကြုံများနှင့် သဘောထားအမြင်များကို ရှာဖွေလေ့လာလိုသော ကြောင့် အသေးစိတ်ကျကျ သိမြင်နားလည် စေမည့် အရည်အသွေးစံပြ သုတေသနပြုလုပ်ရန် ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ သုတေသီသည် အင်တာဗျူးမေးခွန်းများ ဖော်ထုတ် ပြီးနောက် ရှေ့ပြေး လေ့လာမှုပြုလုပ်ကာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးခဲ့ပါသည်။ သူမသည် တစ်ဦးချင်းတွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်၍ အချက်အလက်ကောက်ယူခဲ့ပါသည် (အခန်း ၆။ သုတေသနနည်းလမ်းများ ရွေးချယ် ခြင်း ကိုကြည့်ပါ)။ အင်တာဗျူး မေးခွန်းများမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။

မြေယာသိမ်းယူခြင်းနှင့် လယ်ယာမြေဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်းဆိုင်ရာ အင်တာဗျူးလမ်းညွှန်

အင်တာဗျူးအပိုင်း	အင်တာဗျူးမေးခွန်းများ
အပိုင်း ၁။ မြေယာသိမ်းယူခြင်းနှင့် ပတ်သက်သည့် အတွေ့အကြုံ	၁) သင်၏ မိသားစုသည် လယ်ယာမြေများကို မည်သို့ စီမံခန့်ခွဲ လေ့ရှိသနည်း။ ၂) သင်၏ လယ်ယာမြေသည် ယခင်က သိမ်းယူခံရဖူးပါသလား။ ၃) ဧကမည်မျှ သိမ်းယူခံခဲ့ရသနည်း။ မည်သည့်အချိန်ကနည်း။ ၄) မည်သူသည် မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် သင်၏လယ်ယာ မြေကို သိမ်းယူခဲ့ကြသနည်း။ ၅) သင့်ထံတွင် အထောက်အထား စာရွက်စာတမ်းများ ရှိပါသ လား။ သင်၏လယ်ယာမြေများ သိမ်းယူခံရသောအခါ ထိုစာရွက် စာတမ်းများသည် သင့်အတွက် အသုံးဝင်ပါသလား။ ၆) သင်၏လယ်ယာမြေများ သိမ်းယူခံရသောအခါ သင်မည်သို့ ခံစားခဲ့ရသနည်း။ ၇) လယ်ယာမြေဥပဒေများသည် သင်နှင့် သင်၏မိသားစုအကျိုး ထိခိုက်စေခဲ့ပါသလား။ မည်ကဲ့သို့နည်း။
အပိုင်း ၂။ မြေယာသိမ်းယူခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ အာဏာပိုင်များ၏ အသိပေး အကြောင်းကြားမှု	၈) အာဏာပိုင်များသည် မြေယာမသိမ်းယူခင်နှင့် သိမ်းယူပြီး နောက် သင့်ကို အသိပေး အကြောင်းကြားခဲ့ပါသလား။ ၉) မြေယာသိမ်းယူခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အာဏာပိုင်များသည် သင့်အား မည်သည့်နေရာတွင် အသိပေးခဲ့သနည်း။ ၁၀) ၎င်းတို့၏ အသိပေး အကြောင်းကြားခြင်းမှ သင် မည်သည့် အရာ ရရှိခဲ့သနည်း။

အင်တာဗျူးအပိုင်း	အင်တာဗျူးမေးခွန်းများ
အပိုင်း ၃။ လယ်ယာမြေဥပဒေများ အကြောင်း သတင်း အချက်အလက်	၁၁) လယ်ယာမြေဥပဒေများကို သိရှိပါသလား။ သိရှိပါက ထိုသတင်း အချက်အလက်ကို သင် မည်သို့ရရှိခဲ့သနည်း။ ၁၂) အစိုးရထံမှ သတင်းအချက်အလက် တစ်စုံတစ်ရာ ရရှိခဲ့ပါသလား။ ၁၃) ထိုလယ်ယာမြေ ဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်းကို အသိအမှတ်ပြုသဘောတူ လက်ခံပါသလား သို့မဟုတ် ကန့်ကွက်ရှုတ်ချပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
အပိုင်း ၄။ လယ်ယာမြေဥပဒေ ပြင်ဆင်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ သဘောထား အမြင်များ	၁၄) ထိုပြင်ဆင်ချက်များ၏ အားသာချက်များနှင့် အားနည်းချက်များမှာ မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း။ ၁၅) ထိုလယ်ယာမြေဥပဒေပြင်ဆင်ချက်များကို သဘောတူ လက်ခံပါသလား သို့မဟုတ် ကန့်ကွက်ရှုတ်ချပါသလား။ အဘယ်ကြောင့် သဘောတူသနည်း/အဘယ်ကြောင့် ကန့်ကွက်သနည်း။ ၁၆) လယ်ယာမြေဥပဒေများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အနာဂတ်တွင် သင် မည်သည်ကို လိုလားတောင့်တသနည်း။
အပိုင်း ၅။ ဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်း ကြောင့် တောင်သူ လယ်သမား များနှင့် ပြည်နယ်အစိုးရကြား ဆက်ဆံရေးအပေါ် သက်ရောက်မှု များ	၁၇) မြေယာသိမ်းယူခြင်းများကြောင့် သင်နှင့် ပြည်နယ်အစိုးရကြား ဆက်ဆံရေးကို ထိခိုက်စေသည်ဟု ထင်ပါသလား။ ၁၈) ထိုအရေးကိစ္စရပ်အတွက် မည်သူ့တွင် တာဝန်အရှိဆုံးဖြစ်သနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။
အပိုင်း ၆။ ဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်း ကြောင့် ငြိမ်းချမ်းရေး အပေါ် သက်ရောက်မှု	၁၉) လယ်ယာမြေဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်းသည် ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်၏ ငြိမ်းချမ်းရေးဖြစ်စဉ်ကို အပြုသဘော သို့မဟုတ် အပျက်သဘော သက်ရောက်မှု ဖြစ်စေပါသလား။ ၂၀) လယ်ယာမြေဥပဒေပြင်ဆင်ခြင်းသည် ပြည်နယ် တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး အပေါ် မည်သို့ အကျိုးသက်ရောက်စေသနည်း။ ၂၁) ၎င်းသည် ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်၏ ငြိမ်းချမ်းရေး ဖြစ်စဉ်ကို ပိုကောင်း သို့မဟုတ် ပိုဆိုးသွားစေသည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ်

အရည်အသွေးစံပြု သုတေသနနည်းစနစ်နှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ်သည် တစ်စုံတစ်ခု၏ “အရေအတွက်” (ဘယ်လောက် သို့မဟုတ် ဘယ်မျှ) သိရှိလိုသည့်အခါ အသုံးပြုသော ချဉ်းကပ်နည်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အချက်အလက် ကောက်ယူရာတွင် ကိန်းဂဏန်းများ (အရေအတွက်စံပြုအချက်အလက်) ဖြင့် ဖော်ပြလေ့ ရှိပါသည်။ အရေအတွက်စံပြုသည့် နည်းစနစ်ကို အသုံးပြုသော လေ့လာမှုများသည် သီးသန့်ရွေးချယ်ထားသော အနည်းစု အတွက်သာ မဟုတ်ဘဲ လူ၊ အကြောင်းအရာကိစ္စ သို့မဟုတ် အခြေအနေ အများစုအတွက် မှန်ကန်သော ရလဒ်များ ရရှိစေရန် ယေဘုယျ ခြုံငုံ၍ကောက်ချက်ချနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် အရေအတွက်စံပြု လေ့လာမှုများတွင် ကြီးမားသော နမူနာအရွယ်အစား (ဖြေဆိုသူအရေအတွက်)မှ အချက်အလက် ကောက်ယူစုဆောင်း ကြပါသည်။ ဤသဘောတရားမှာ အရေအတွက်စံပြု သုတေသနနည်းစနစ်တွင် လူအများ၏ သဘောထားအမြင်များနှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူနိုင်သော်လည်း ၎င်းသည် တစ်ဦးချင်းစီ၏ သဘောထားအမြင်ကို အဓိကထားဘဲ လူအုပ်စုလိုက် ထင်မြင်ချက်များကို တပေါင်းတစည်းတည်း ခြုံငုံယူဆခြင်းဖြစ်သောကြောင့် ပို၍ ပုဂ္ဂလိကဋ္ဌာန်မကျသော ချဉ်းကပ်နည်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ်ကို အခြေအနေ၊ အကြောင်းအရာများကြား ဆက်နွှယ်မှုကို စစ်ဆေးရန် ယေဘုယျအားဖြင့် အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဖြေဆိုသူများ၏ ဝင်ငွေ အခြေအနေနှင့် ၎င်းတို့၏ ပျော်ရွှင်မှု ရေချိန်ကြား ဆက်နွှယ်မှု (“ဝင်ငွေပိုရသောသူများသည် ပို၍ပျော်ရွှင်ပါသလား။”)။ အရေအတွက်စံပြုလေ့လာမှုများသည် အရည်အသွေး စံပြု လေ့လာမှုများလောက် အသေးစိတ်မကျဘဲယေဘုယျဆန်လေ့ရှိကြသော်လည်း ကြီးမားသော နမူနာ အရွယ်အစားမှ ပို၍ “ကျယ်ပြန့်သော” သတင်းအချက်အလက်များကို ကောက်ယူစုဆောင်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ်အသုံးပြုသော သုတေသနစီမံကိန်း

အမည်မသိ။ (၂၀၁၉)။ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ပြည်သူလူထုယုံကြည်မှုကို လွှမ်းမိုးနေသည့်အချက်များ လေ့လာဖော်ထုတ်ခြင်း။ Friedrich Ebert Stiftung မြန်မာရုံး။ <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15643.pdf>

ဤသုတေသနတွင် သုတေသီများသည် ရဲတပ်ဖွဲ့ကို နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ အရေးပါသော အင်စတီကျူးရှင်းတစ်ခုအဖြစ် သုတေသနပြုလေ့လာရန် စိတ်ဝင်စားသောကြောင့် အစောပိုင်းစာအုပ်စာတမ်းများ ပြန်လည်ဆန်းစစ် သုံးသပ်ခဲ့ ကြပါသည်။ ရလဒ်အနေဖြင့် ၎င်းတို့သည်လိုအပ်ချက်

တစ်ခုကို ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိခဲ့ကြသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် (MPF) ပြည်သူလူထု၏ ယုံကြည်မှု မည်မျှရှိကြောင်း လေ့လာမှုတစ်ခုမျှ ယခင်က ပြုလုပ်ထားခြင်း မရှိသည့်အတွက် အောက်ပါသုတေသနမေးခွန်းကို ရွေးချယ်ခဲ့ကြပါသည် - မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ပြည်သူ လူထု၏ ယုံကြည်မှု ရေချိန်မှာ မည်သို့ရှိသနည်းနှင့် ၎င်းကို မည်သည်တို့က လွှမ်းမိုးထား သနည်း။

သုတေသီများသည် ဖြေဆိုသူ (၄၀၁) ဦး ထံမှ အချက်အလက်များကောက်ယူခဲ့ပြီး အချက် အလက်ကောက်ယူသည့် နည်းလမ်း (အခန်း၆။ သုတေသန နည်းလမ်းများ ရွေးချယ်ခြင်း ကို ကြည့်ပါ) အဖြစ် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို အသုံးပြုခဲ့ပါသည်။ အောက်တွင်ဖော်ပြထားသည့် အတိုင်း စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာတွင် မေးခွန်း (၁၂) ခု ပါဝင်၍ အများစုမှာ ဟုတ်ပါသည် သို့မဟုတ် မဟုတ်ပါ တစ်ခုခုသာ ရွေးချယ်ဖြေဆိုရမည့် သို့မဟုတ် စကေး ၁ (လုံးဝ မယုံကြည်ပါ) မှ ၅ (လုံးဝယုံကြည်ပါသည်) အထိ သတ်မှတ်ပေးရမည့် မေးခွန်းများ ဖြစ်ပါသည်။ အချက်အလက်များ (အဖြေများ) သည် အဓိကအားဖြင့် ကိန်းဂဏန်းအခြေပြုကြောင်း ဂရုပြုရပါမည်။ သုတေသီ များသည် မေးခွန်း ၅ မှ ၈ အထိ ‘ဟုတ်ပါသည်’ သို့မဟုတ် ‘မဟုတ်ပါ’ ဖြေဆိုထားသူများ အရေအတွက်ကိုလည်း ရေတွက်ကြည့်နိုင်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ပြည်သူလူထုယုံကြည်မှုဆိုင်ရာ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ

အပိုင်း ၁ -

ရွေးချယ်စရာ ၁= လုံးဝမယုံကြည်ပါ မှ ၅= လုံးဝယုံကြည်ပါသည် အထိ ရှိသည့် စကေးများ အနက် နှစ်သက်ရာတစ်ခုကို ဝိုင်းပြကာ အောက်ပါ မေးခွန်းများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြေဆိုပါ။

၁။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထုအပေါ် တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၂။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထုအပေါ် ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် လေးစားမှုရှိရှိ ဆက်ဆံပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၃။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ ပြဿနာအခက်အခဲများကို ရှင်းပြဖို့ အခွင့်အရေးပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၄။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရဘက်လိုက်မှုမရှိဘဲ ဥပဒေကိုအခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်မည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၅။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၆။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြဿနာအခက်အခဲများကို ကိုင်တွယ်အရေးယူရန် လိုအပ်သည့်အရည်အချင်းရှိမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၇။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ရပ်များအတွက် ရိုးသားပွင့်လင်းစွာ ဖြေရှင်းချက်များ ပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

အပိုင်း ၂ -

ကွက်လပ်ထဲတွင် ဖြည့်၍ သို့မဟုတ် ပေးထားသည့်အဖြေများထဲမှ တစ်ခုကို ဝိုင်းပြကာ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြေဆိုပါ။

၁။ လိင်

၂။ အသက်

၃။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု

၄။ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ

၅။ သင့်အနေဖြင့် အကူအညီ သို့မဟုတ် အထောက်အပံ့ရရှိရန် ဥပမာအားဖြင့် အလုပ် သို့မဟုတ် ကျောင်းအတွက် ထောက်ခံစာတောင်းခံခြင်း၊ မှတ်ပုံတင်/နိုင်ငံကူးလက်မှတ် ပြုလုပ်ရန်၊ သို့မဟုတ် အလားတူကိစ္စရပ်မျိုးအတွက် ရဲများနှင့် အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်ဆံ ဖူးပါသလား။

က။ လုပ်ပါသည် ခ။ မလုပ်ပါ

၆။ သင်သည် ဥပမာအားဖြင့် မော်တော်ယာဉ်ဥပဒေချိုးဖောက်သောကြောင့် သို့မဟုတ် အလျဉ်းသင့်သလိုစစ်ဆေးရန်အတွက် ရဲများ၏ ပိတ်ဆို့တားဆီးစစ်ဆေးခြင်းကို ခံခဲ့ရဖူးပါ သလား။

က။ စစ်ဆေးခံရသည် ခ။ စစ်ဆေးမခံရပါ

၇။ သင် အဖမ်းခံရဖူးပါသလား။

က။ အဖမ်းခံရသည် ခ။ အဖမ်းမခံရပါ

၈။ ယေဘုယျအားဖြင့် သင်နေထိုင်သည့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ရဲများထံမှ အကူ အညီရရှိရန် လွယ်ကူသည်ဟု ခံစားရပါသလား။

က။ ခံစားရပါသည် ခ။ မခံစားရပါ

၉။ မခံစားရပါက မလွယ်ကူရသည့် အကြောင်းရင်းကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပေးပါ။

.....



လယ်ယာမြေဥပဒေပြင်ဆင်မှုအကြောင်း လေ့လာမှုမှ အင်တာဗျူးမေးခွန်းများအတွက် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အဖြေများကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထို့နောက် ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ်ယုံကြည်မှုအကြောင်း လေ့လာမှုမှစစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို ဖြေဆိုကြည့်ပါ။ ၎င်းတို့၏ ကွာခြားချက်ကို နှိုင်းယှဉ်စဉ်းစားကြည့်ပါ - ထိုနည်းလမ်း တစ်ခုစီ အတွက် ဖြေဆိုရန် အချိန်မည်မျှကြာမည်နည်း။ သင်၏အဖြေများသည် လိုရင်းအတိုချုပ် သို့မဟုတ် အသေးစိတ်ဖြစ်ပါသလား။ မည်သည့်အဖြေများသည် အချက်အလက်သက်သက်ဖြစ်ပြီး မည်သည့်အဖြေများသည် သဘောထားအမြင်များ ဖြစ်သနည်း။

ပေါင်းစပ်သုတေသနနည်းစနစ်

အချို့သောသုတေသနစီမံကိန်းများတွင် လေ့လာမှုတစ်ခုတည်း၌ အရည်အသွေးနှင့်အရေအတွက်စံပြ နည်းစနစ်များနှင့် အချက်အလက်ကောက်ယူခြင်းနှင့် အချက်အလက်စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း နည်းလမ်းများကို တစ်ပြိုင်တည်းတွဲ၍ ပေါင်းစပ်ထားသော သုတေသနနည်းစနစ်ဖြင့် ချဉ်းကပ်နည်းကို အသုံးပြုကြပါသည်။

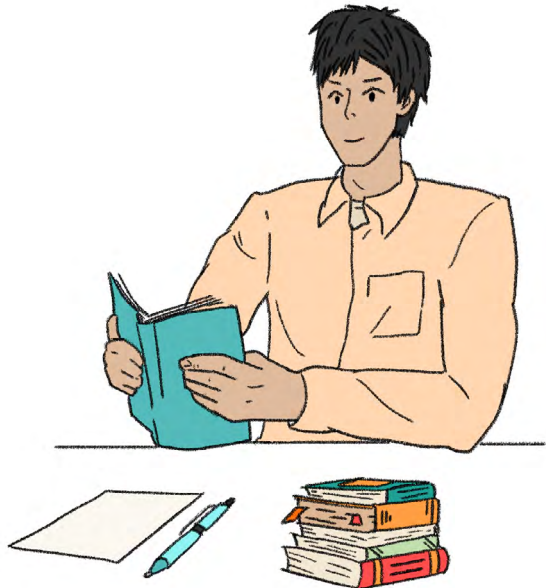
ပေါင်းစပ်သုတေသနနည်းစနစ်သည် သတ်မှတ်ထားသောသုတေသနမေးခွန်းအတွက် အဖြေများရှာဖွေရန် အသင့်တော်ဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်သောကြောင့်သာ အသုံးပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သုတေသီအချို့က ပေါင်းစပ်ထားသော နည်းစနစ်ကို အသုံးပြုခြင်းသည် အရေအတွက် သို့မဟုတ် အရည်အသွေးစံပြ သုတေသနနည်းစနစ်တစ်ခုတည်း အသုံးပြုခြင်းထက် ပိုမိုပြည့်စုံသော အဖြေပေးနိုင်သည်ဟု အခိုင်အမာ ပြောဆိုကြပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ၂၀၁၃ခုနှစ်တွင် Lim et. al. ပြုလုပ်သော သုတေသနဖြစ်သည့် မြန်မာနိုင်ငံအရှေ့ပိုင်း ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားရာ နယ်မြေများ မှ ဆရာဝန်များ၏ စိတ်ဒဏ်ရာနှင့်စိတ်ကျန်းမာရေးကို ကဏ္ဍအလိုက်ရှုထောင့်စုံ ပေါင်းစပ်နည်းလမ်းများဖြင့် လေ့လာမှုတွင် ၎င်းတို့သည် ကရင်ပြည်နယ်ရှိ လူထုအခြေပြု ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးကို သုတေသနပြုလေ့လာရန် အရေအတွက်စံပြစစ်တမ်းနှစ်ခုသာမက တစ်ပိုင်းစနစ်ကျသော အရည်အသွေးစံပြ တွေ့ဆုံ မေးမြန်းမှုများလည်း ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ တစ်ခုသည် စိတ်ဒဏ်ရာကြောင့် စိတ်ဖိစီးမှု လွန်ရောဂါ လက္ခဏာများကို တိုင်းတာအကဲဖြတ်ရာတွင် အသုံးပြုပြီး အခြားစစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာတစ်ခုကို အခြားစိတ်ရောဂါနှင့် သက်ဆိုင်သောဝေဒနာများ ရှာဖွေရာတွင် အသုံးပြုခဲ့ပါသည်။

တွေ့ဆုံ မေးမြန်းမှုများမှတစ်ဆင့် လူထုအခြေပြု ကျန်းမာရေးလုပ်သားများ၏ အခက်အခဲများ၊ ကြံ့ကြံ့ခံရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းနှင့် တွန်းလှန်လွန်မြောက်နိုင်စွမ်းတို့ကို ပို၍ ထိုးထွင်းသိမြင်စေခဲ့ပါသည်။ ဤနည်းလမ်းဖြင့် စိတ်ရောဂါနှင့်သက်ဆိုင်သော လက္ခဏာများရှိသည့် ကျန်းမာရေးလုပ်သားများအရေအတွက်ကို တိုင်းတာနိုင်ခဲ့သည့်အပြင် ရပ်ရွာလူထုအခြေပြု ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများနှင့် ဆက်စပ်ပြီး ဖြစ်ပေါ်သော စိတ်ကျန်းမာရေးပြဿနာများနှင့် ကြံ့ကြံ့ခံရင်ဆိုင်နိုင်စွမ်းတို့ကိုနက်နက်နဲနဲ နားလည်နိုင်ခဲ့ပါသည်။

သင်၏သုတေသနနည်းစနစ် မည်သို့ရွေးချယ်မည်နည်း။

သင်၏သုတေသနပြဿနာနှင့် သုတေသနမေးခွန်း အတွက် ပို၍ရှာဖွေသိရှိနိုင်ရန် အသင့်တော်ဆုံးနည်းလမ်းကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို တိုင်းတာအကဲဖြတ်နေပါသလား။ ယေဘုယျခြုံငုံ၍ကောက်ချက်ချ လိုပါသလား။ ထိုသို့ဖြစ်လျှင် အရေအတွက်စံပြု လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ရန် စဉ်းစားသင့်ပါသည်။ အကယ်၍ အကြောင်းအရာတစ်ခုခုကို လေ့လာဖော်ထုတ်ပြီး နက်နက်နဲနဲ နားလည်သိရှိလိုပါက အရည်အသွေးစံပြုလေ့လာမှုသည် သင့်အတွက် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သုတေသနနည်းစနစ်တစ်ခုခုကို အခြားတစ်ခုထက် ပိုကောင်းနေခြင်းမရှိဘဲ ၎င်းတို့ကို ရည်ရွယ်ချက်အမျိုးမျိုးဖြင့် အသုံးပြုခြင်းသာ ဖြစ်သောကြောင့် သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းအတွက် အသင့်တော်ဆုံး နည်းစနစ်ကို ရွေးချယ်နိုင်ရန် သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းပေါ်တွင်သာ မူတည်နေပါသည်။

ထို့နောက် သင်၏ သုတေသနအကြောင်း အရာနှင့်ဆက်စပ်၍ ပြုလုပ်ထားပြီးဖြစ်သည့် အခြားလေ့လာမှုများကို ရှာဖွေစစ်ဆေးကြည့်ပါ။ ထိုလေ့လာမှုများတွင် အရေအတွက် သို့မဟုတ် အရည်အသွေးစံပြု သုတေသနနည်းစနစ်ကို အသုံးပြုထားပါသလား။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။ ၎င်းကို ဆောင်းပါး သို့မဟုတ်အစီရင်ခံစာ၏ သုတေသနနည်းစနစ် အပိုင်းတွင် ရှင်းပြထားလေ့ရှိပါသည်။ နောက်ဆုံးတွင် လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မှုများနှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင့်အနေဖြင့် ကိန်းဂဏန်းများ သို့မဟုတ် နှုတ်ထွက်စကားများဖြင့်



သုတေသနပြုလုပ်ရန် ပို၍ ယုံကြည်စိတ်ချမှု ရှိပါသလား။ ဆိုလိုသည်မှာ သင့်မှာ လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှု များရှိပါသလား။ အကယ်၍ အရေအတွက် စံပြုသည့် လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်လိုပါက ကြီးမားသော သုတေသနနမူနာမှ အချက်အလက် ကောက်ယူရန် လိုအပ်သည့်အချိန် သို့မဟုတ် အခြားအရင်းအမြစ် များ သင့်ဆီမှာရှိပါသလား။ လေ့လာမှုတွင်ပါဝင်ရန် လိုလားသည့် ဖြေဆိုသူ အတော်များများ သင်ရရှိ ထားပါသလား။

အချုပ်အားဖြင့် သင်၏သုတေသနနည်းစနစ်ကိုရွေးချယ်နိုင်ရန်အလို့ငှာ သင့်အနေဖြင့် ကောက်ယူရမည့် အချက်အလက် အမျိုးအစား (အရေအတွက်စံပြု သို့မဟုတ် အရည် အသွေးစံပြု) ကို နားလည်သိရှိရန် လိုအပ်ပြီး ထိုမှတစ်ဆင့် ရှိထားပြီး ကျွမ်းကျင်မှု များနှင့် အရင်းအမြစ်များအပေါ်မူတည်၍ ရွေးချယ်ရ မည်ဖြစ်ပါသည်။

လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၁

လေးထောင့်ကွက်ထဲမှ ဝေါဟာရများနှင့် စကားစုများကို အသုံးပြု၍ သင့်တော်သော အရည်အသွေးစံပြု သုတေသနနည်းစနစ်နှင့် အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ် ဖော်ပြချက်များဖြင့် အောက်ပါ ဇယားကွက်အား ဖြည့်စွက်ပါ။

ပုံဖော်တင်ပြ၍ နားလည်စေရန် / ပို၍ကြီးမားသည် / ကိန်းဂဏန်းများ / ပုဂ္ဂလိကဌာန်ကျခြင်း / အကြောင်းအရာများ၏ အဓိပ္ပာယ်သက်ရောက်မှု/ ပို၍သေးငယ်သည် / အကြောင်းအရာတစ်ခုခု၏ အတိုင်းအတာပမာဏ / နှုတ်ထွက်စကား / ကျယ်ပြန့်မှု / ရှင်းချက်ထုတ်၍ ခြုံငုံကောက်ချက်ချရန်

	အရည်အသွေးစံပြုသုတေသန နည်းစနစ်	အရေအတွက်စံပြုသုတေသန နည်းစနစ်
၎င်း၏ရည်ရွယ်ချက် မှာ...		
၎င်းအဓိကထား သည့်အရာမှာ...	နက်နဲမှု	
၎င်းလေ့လာသည့် အရာမှာ...		

	အရည်အသွေးစံပြုသုတေသန နည်းစနစ်	အရေအတွက်စံပြုသုတေသန နည်းစနစ်
၎င်းတန်ဖိုး ထားသည်မှာ...		ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျခြင်း
အချက်အလက်များ မှာ...		
နမူနာများမှာ...		



လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၂

အောက်ဖော်ပြပါလေ့လာမှုများသည် အရည်အသွေးစံပြု သို့မဟုတ် အရေအတွက်စံပြု သုတေသန နည်းစနစ်ကို အသုံးပြုထားသည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။

ခေါင်းစဉ်။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကြောင့် အသေးစားနှင့် အလတ်စားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ - တရုတ်နိုင်ငံတွင် ဖုန်းဖြင့်နှစ်ကြိမ်စစ်တမ်းကောက်ယူမှုများမှ သက်သေ အထောက်အထား

“ဤသုတေသနစာတမ်းတွင် တရုတ်နိုင်ငံ၌ ယခင်ကစစ်တမ်းကောက်ယူပြီးသော အကြီးစား SME နမူနာနှင့် ဖုန်းအင်တာဗျူး နှစ်ကြိမ်ပြုလုပ်ချက်များကို အခြေခံ၍ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ကန့်သတ်ချက် များကြောင့် အသေးစားနှင့် အလတ်စား စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ (SMEs) အပေါ် နှစ်တိုနှင့် နှစ်လတ် အကျိုးသက်ရောက်မှု နှစ်ခုလုံးကို လေ့လာဆန်းစစ်ခဲ့ပါသည် (Ruochen Dai et. al, 2020)။ သုတေသီများအနေဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နာလန်ပြန်တူလာရန် လိုအပ်သည့်အချိန်၊ ထိခိုက် နစ်နာသည့်ဝန်ထမ်းဦးရေနှင့် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် ၎င်းတို့၏လုပ်ငန်းဝင်ငွေနှင့် ကုန်ကျ စရိတ်များ ထိခိုက်နစ်နာမှုပမာဏသည် သတင်းအချက်အလက်များကို ရှာဖွေလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

Ruochen Dai, Hao Feng, Junpeng Hu, Quan Jin, Huiwen Li, Ranran Wang, Ruixin Wang, Lihe Xu, and Xiaobo Zhang. (2020). *The impact of COVID-19 on small and medium-sized enterprises: Evidence from two-wave phone surveys in China*. Center for Global Development. <https://www.cgdev.org/sites/default/files/impact-covid-19-small-and-medium-sized-enterprises-evidence-china.pdf>

ခေါင်းစဉ်။ လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ဆရာအတတ်ပညာသင်တန်း - မြန်မာနိုင်ငံ၊ ရန်ကုန်မြို့ရှိ တက္ကသိုလ်ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ တိုးတက်မှုလေ့လာချက်

“ဤသုတေသနစာတမ်းတွင် မြန်မာနိုင်ငံ၊ ရန်ကုန်မြို့ရှိ တက္ကသိုလ်တစ်ခုမှ ကထိက (၈) ဦးကို ၎င်းတို့ တက်ရောက်ခဲ့သော ဆရာ၊ဆရာမများအတွက် စွမ်းဆောင်ရည်တည်ဆောက်ရေးနှင့် ဘာသာ စကား ကျွမ်းကျင်မှုဖြင့်တင်ရေး သင်တန်းအစီအစဉ်များ (၂၀၁၄ မှ ၂၀၁၆ ခုနှစ်အတွင်း) နှင့်စပ်လျဉ်း၍၎င်းတို့ ၏ ရှုထောင့်အမြင်များကို လေ့လာ ဖော်ထုတ်ထားပါသည်။ အင်တာဗျူး အချက်အလက်များကို [...] ဆရာအတတ်ပညာ သင်တန်းအစီအစဉ်များနှင့် ပတ်သက်၍ ဖြေဆိုသူများ၏ ကိုယ်ပိုင် အသိအမြင်ဗဟုသုတနှင့် အတွေ့အကြုံများမှ ကောက်နုတ်ထားပါသည်။” (Ulla၊ ၂၀၁၈၊ စာ ၆၆)။

Ulla, M. B. (2018). In-service teachers' training: The case of university teachers in Yangon, Myanmar. *Australian Journal of Teacher Education*, 43(1), 66–77. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1169154.pdf>



လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၃

- သင်၏စိတ်ပါဝင်စားမှု သို့မဟုတ် ပြင်ဆင်ထားသည့် သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့်ကိုက်ညီသော မူရင်းသုတေသနလေ့လာမှုများကို ရှာဖွေကြည့်ပါ။
- သုတေသနဆောင်းပါး နှစ်စောင်ကို ရွေးချယ်၍ မိတ်ဆက်နိဒါန်းနှင့် သုတေသနနည်းစနစ်ကဏ္ဍများကို ဖတ်ရှုလေ့လာပါ။
- ဆောင်းပါးတစ်စောင်စီတွင် သုတေသီရွေးချယ်ထားသော နည်းစနစ်အကြောင်း ရှင်းပြချက်များကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ ၎င်းတို့သည် အရည်အသွေးစံပြ/အရေအတွက်စံပြသုတေသနနည်းစနစ်များကို အသုံးပြုရန် အဘယ်ကြောင့် ရွေးချယ်ခဲ့သနည်း။ စာရေးသူများသည် အခြားဝေါဟာရများ အသုံးပြုထားနိုင်သော်လည်း သင့်အနေဖြင့် ထိုလေ့လာမှုသည် အရေအတွက်စံပြသော သို့မဟုတ် အရည်အသွေးစံပြသော ချဉ်းကပ်နည်း တစ်ခုခုကို အသုံးပြုထားကြောင်း ပြောနိုင်ပါလိမ့်မည်။



သင်၏စီမံကိန်း

သင်၏သုတေသနပြဿနာနှင့် သုတေသနမေးခွန်းတို့ကို ပြန်လည်သုံးသပ်ပါ။ အရည်အသွေးစံပြသော သို့မဟုတ် အရေအတွက်စံပြသော ချဉ်းကပ်နည်းနှစ်ခုအနက် မည်သည်က သင်၏ စီမံကိန်းအတွက် သင့်တော်မည်နည်း။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Dawson, C. (2002). *Practical research methods: A user-friendly guide to mastering research techniques and projects*. How To Books. <https://b-ok.africa/book/449067/0eae06>

သုတေသနနည်းလမ်းများ ရွေးချယ်ခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- သုတေသနနည်းစနစ်နှင့် သုတေသနနည်းလမ်းများကို ပိုင်းခြားသိမြင်နိုင်မည်။
- ပုံစံကျသော၊ အလွတ်သဘောနှင့် တစ်ပိုင်းစနစ်တကျဖြစ်သော အင်တာဗျူးများကို ခွဲခြားနိုင်ပြီး ၎င်းတို့အား အသုံးပြုရသည့် အကြောင်းရင်းကို သိနားလည်နိုင်မည်။
- ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများ၊ အားသာချက်များနှင့် အားနည်းချက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့အား အသုံးပြုရသည့် အကြောင်းရင်းကို သိနားလည်နိုင်မည်။
- စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ၏ ဝိသေသလက္ခဏာများ၊ အားသာချက်များနှင့် အားနည်းချက်များကို ဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ၎င်းတို့အား အသုံးပြုရသည့် အကြောင်းရင်းကို သိနားလည်နိုင်မည်။
- သင်၏ သုတေသနစီမံကိန်းအတွက် အသင့်လျော်ဆုံး နည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်နိုင်မည်။



အကယ်၍ သင်သည် သုတေသနလေ့လာမှုတစ်ခုတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုခဲ့ဖူးပါက သုတေသီများသည် အချက်အလက်များ မည်သို့ကောက်ယူခဲ့ကြသနည်း။

အကယ်၍ သင်သည် သုတေသနအစီရင်ခံစာ တစ်စောင်ကို ဖတ်ရှုကြည့်ဖူးပါက ထိုအချက်အလက်များ ကောက်ယူသည့်ပုံစံကို မှတ်မိပါသလား။

သင့်အနေဖြင့် အချက်အလက်များကောက်ယူရန် ချဉ်းကပ်နည်း (သုတေသနနည်းစနစ်) ရွေးချယ်ပြီးနောက် သင်၏ အချက်အလက်များ ကောက်ယူရာတွင် အသုံးပြုမည့်နည်းလမ်း တစ်ခုခုအား ရွေးချယ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရွေးချယ်စရာ သုတေသနနည်းလမ်းများ အမျိုးမျိုးရှိသော်လည်း ဤအခန်းတွင် အသုံးများသည့် နည်းလမ်းသုံးခုဖြစ်သော - တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ၊ ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများနှင့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများကို အဓိက လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အရေအတွက်စံပြုအချက်အလက် ကောက်ယူရန်အတွက် အသုံးများသော နည်းလမ်းများမှာ မေးခွန်းလွှာများဖြင့် စစ်တမ်းကောက်ယူခြင်း၊ စမ်းသပ်လုပ်ဆောင်ခြင်းနှင့် စောင့်ကြည့် လေ့လာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ အရည်အသွေးစံပြု အချက်အလက် ကောက်ယူရန်အတွက် အသုံးများသော နည်းလမ်းများမှာ တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းခြင်း၊ ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း (FGDs)၊ စောင့်ကြည့်လေ့လာခြင်းနှင့် ဖြစ်ရပ် လေ့လာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။ ဤအခန်းတွင် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းခြင်း၊ FGDs နှင့် စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာများကို အဓိက လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုသည် ဖြေဆိုသူတစ်ဦးချင်းစီကို လူကိုယ်တိုင်၊ အွန်လိုင်း၊ သို့မဟုတ် ဖုန်းထဲကနေ မေးခွန်းများမေးမြန်းခြင်းတို့ ပါဝင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ၏ အားသာချက်များမှာ လူအများ၏ သဘောထားအမြင်များ၊ အတွေ့ အကြုံများနှင့် ခံစားချက်များကို အသေးစိတ်ကျကျ လေ့လာဖော်ထုတ်နိုင်ပြီး ဖြေဆိုသူများနှင့် တိုက်ရိုက်ပြောဆို ဆက်ဆံနိုင်၍ နားလည်မှုလွဲသောအရာများကိုလည်း ရှင်းပြနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် လိုအပ်ပါက နောက်ထပ် သတင်း အချက်အလက်များ ရရှိရန် မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ၎င်းတို့သည်အရည်အသွေးစံပြု လေ့လာ မှုများအတွက် အသင့်တော်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

သို့ရာတွင် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်ရာတွင် အားနည်းချက် များလည်းရှိပါသည်။ တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှုများသည် အချိန်ကြာနိုင်သည် နှင့်/သို့မဟုတ် စီစဉ်ရန်ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် သုတေသီ၏ အင်တာဗျူးမေးမြန်းသည့် စွမ်းရည်များနှင့် ပင်ကိုအရည်အသွေးသည် ဖြေဆိုသူများ အပေါ် သက်ရောက် လွှမ်းမိုးမှု ရှိပါသည်။ Waterfield (၂၀၁၈) အဆိုအရ “အင်တာဗျူးမေးမြန်းသူ၏ လိင်၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု၊ အသက်၊ ဆွဲဆောင်နိုင်မှု၊ လူမှုအဆင့်အတန်း၊ ပညာရေးအဆင့်၊ ကိုယ်ပိုင် ဘဝအတွေ့အကြုံ၊ သို့မဟုတ် နောက်ခံအသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလုပ်တို့သည် ဖြေဆိုသူများ၏ မေးခွန်းအပေါ် တုံ့ပြန်မှုကို သက်ရောက်မှုရှိပါသည်။ အထူးသဖြင့် ထိုပင်ကိုလက္ခဏာများသည် အင်တာဗျူးအကြောင်းအရာနှင့် အပြင်ပန်းအားဖြင့် ဆက်စပ်နေပါသည်။” ဥပမာ - အင်တာဗျူးမေးသူ သည် လိင်စိတ်ခံယူမှု ကွဲပြားသူဖြစ်သည်ဟု ဖြေဆိုသူက ထင်မြင်ယူဆထားပါက လိင်စိတ်ခံယူမှု ကွဲပြားသူများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်းတို့၏ သဘောထား အမြင်များကို အမှန်အတိုင်း ဖြေ ဆိုနိုင်ခြေ နည်းပါသည်။ သို့မဟုတ် အင်တာဗျူးမေးမြန်းသူသည် ဆရာ/မ ဖြစ်နေပါက၊ မြန်မာနိုင်ငံ တွင် ဆရာ၊ဆရာမများကို အလွန်ရိုသေလေးစားရသောကြောင့် ဖြေဆိုသူများ အနေဖြင့် လူ့အဖွဲ့အစည်း က လက်မခံနိုင်သော အပြုအမူအကြောင်း ဆွေးနွေးရန် စိတ်ကသိကအောက် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများသည် စနစ်တကျ၊ တစ်ပိုင်းစနစ်တကျ၊ သို့မဟုတ် အလွတ်သဘောဖြစ်နိုင်ပါသည်။ **စနစ်တကျဖြစ်သော မေးမြန်းမှု (Structured interview)** တွင် သုတေသီသည် ဖြေဆိုသူအား သတ်မှတ်ထားသည့် မေးခွန်းအစဉ်အလိုက် မေးမြန်းခြင်းဖြစ်ပြီး ဖြေဆိုသူ အားလုံးအတွက် အလားတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် ပုံစံတကျဖြစ်သော မေးမြန်းမှုမှ အချက်အလက်များကို စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုမိုလွယ်ကူပါသည်။ အကြောင်းမှာ ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေများကို တိုက်ရိုက်နှိုင်းယှဉ်သုံးသပ်ကြည့်နိုင်ပြီး သုတေသီများအတွက်လည်း ရှေ့ဆက်ဆောင်ရွက်ရန် တိကျသော လမ်းညွှန်ချက်ရှိသောကြောင့် ပုံစံတကျဖြစ်သော အင်တာဗျူးပြုလုပ်ရန် ပိုမိုလွယ်ကူသည်ဟု ယူဆကြပါသည်။ သို့ရာတွင် တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူအနေဖြင့် နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများ မမေးမီဘဲ ပုံစံတကျဖြစ်အောင် ပြင်ဆင်ထားသော အင်တာဗျူး မေးခွန်းများအတိုင်းသာ မေးမြန်းပါက အရေးကြီးသတင်းအချက်အလက်များကို လွတ်သွားနိုင်ပါသည်။

အလွတ်သဘောမေးမြန်းမှု (Unstructured interview) တွင် မေးခွန်းအတိအကျသတ်မှတ်ထားခြင်းမရှိဘဲ ယေဘုယျ ရည်မှန်းချက်တစ်ခုဖြင့် ပို၍ လွတ်လပ်စွာ ဆွေးနွေးနိုင်သည့်ပုံစံမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ အလွတ်သဘောမေးမြန်းမှုများ၏ အားသာချက်မှာ ပြောင်းလွယ် ပြင်လွယ်ရှိပြီး ဖြေဆိုသူများအတွက် ပို၍ စိတ်သက်သောင့်သက်သာဖြစ်စေမည့် စကားပိုင်းပုံစံမျိုး ခံစားရစေနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အချို့သောသုတေသီများအနေဖြင့် မေးခွန်းများ ကြိုတင် မသတ်မှတ်ထားပါက သုတေသနမေးခွန်းကို ဖြေရှင်းရာတွင် လိုအပ်သောအချက်အလက်ရရှိရန် အာရုံစိုက်နိုင်ဖို့ ပို၍ ခက်ခဲသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆကြပြီး အကယ်၍ ပါဝင်ဖြေဆိုသူများက အကြောင်းအရာအမျိုးမျိုးကို ထည့်သွင်း ပြောဆိုနေပါက အချက်အလက်စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပို၍ ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။

တစ်ပိုင်းစနစ်တကျဖြစ်သောမေးမြန်းမှုများ (Semi-structured interviews) သည် စနစ်တကျနှင့် အလွတ်သဘော မေးမြန်းမှုများ ကြား မျှခြေတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ဖြေဆိုရမည့်မေးခွန်းများ သတ်မှတ်ထားလေ့ရှိသော်လည်း ပြောင်းလွယ် ပြင်လွယ်မှု အချို့ ရှိပါသည်။ မေးမြန်းသူက နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းများ မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ဖြေဆိုသူများက ၎င်းတို့အလိုရှိပါက နောက်ထပ်အချက်အလက်များ ဖြည့်စွက်ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် အားသာချက်များမှာ မေးမြန်းသူအနေဖြင့် အာရုံစိုက်နိုင်ရန် ပြင်ဆင်ထားသည့် မေးခွန်းများရှိသည့်အပြင် ပြောင်းလွယ် ပြင်လွယ်မှုလည်း ရှိပါသည်။ အားနည်းချက်မှာ မေးမြန်းမှုတစ်ခုစီမှ နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းများမှာ အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်သောကြောင့် အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုမိုခက်ခဲနိုင်ပါသည်။

 အခန်း၅။ မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ်ရွေးချယ်ခြင်း တွင် ကယား (ကရင်နီ) ပြည်နယ်ရှိ မြေယာပဋိပက္ခများကို ဖော်ထုတ်ထားသည့် သုတေသနအကြောင်း သင်ဖတ်ရှုခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုလေ့လာမှုတွင် သုတေသီသည် တစ်ပိုင်းစနစ်တကျ ဖြစ်သော မေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ထိုနည်းလမ်းကို ရွေးချယ်ခဲ့သည်ဟု ထင်သနည်း။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများအသုံးပြုထားသော သုတေသနစီမံကိန်း

Connor, M. နှင့် စုစုပေါင်း (၂၀၂၀) ။ မြန်မာနိုင်ငံ ကျေးလက်နေအမျိုးသမီးများအပေါ် ရေရှည် တည်တံ့သော လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုများ။ *Development in Practice*. <https://sci-hub.se/https://doi.org/10.1080/09614524.2020.1787350>

ဤသုတေသနကို ဧရာဝတီတိုင်းနှင့် ပဲခူးတိုင်းတို့တွင် ပြုလုပ်ထားပြီး ကျေးလက်နေ အမျိုးသမီးများသည် အကောင်းဆုံးသော လုပ်ငန်းအလေ့အထများကို လိုက်နာကာ ပို၍ ရေရှည်တည်တံ့မည့် နည်းလမ်းဖြင့် စပါးစိုက်ပျိုးခြင်း မှ ဝင်ငွေတိုးပွားလာပြီးနောက် ၎င်းတို့၏ လူနေမှုဘဝပြောင်းလဲမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ သဘောထား အမြင်များနှင့် အတွေ့အကြုံများကို ထိုးထွင်းသိမြင်နားလည်နိုင်ရန် တစ်ပိုင်းစနစ်တကျဖြစ်သော မေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ဤလေ့လာမှုတွင် တစ်ဦးချင်း၊ မိသားစုနှင့် ရပ်ရွာအဆင့် ပြောင်းလဲမှုများကို တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။ သုတေသနအဖွဲ့အနေဖြင့် တစ်ပိုင်းစနစ်တကျသော မေးမြန်းမှုများပြုလုပ်ရန် ရွေးချယ်ခြင်းမှာ တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှုများသည် ပညာ တတ်မြောက်မှု နှင့် အသိအမြင်ဗဟုသုတ အခြေအနေ အမျိုးမျိုးရှိသော လူအုပ်စုအမျိုးမျိုးအတွက် ထိရောက်မှု ရှိကြောင်း သက်သေပြထားပြီး သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင်လည်း အမျိုးသမီးများကို လွတ်လပ်စွာ စကားပြောစေလို သောကြောင့် ထိုနည်းလမ်းကို အသုံးပြုခဲ့ပါသည်။

ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ

ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ (FGDs) တွင် အလားတူဆွေးနွေးမှုများ ပါဝင်သော်လည်း အုပ်စုလိုက် ပြုလုပ်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ဖြေဆိုသူများသည် သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ အုပ်စု အတွင်း လွတ်လပ်စွာ ဆွေးနွေး မေးမြန်းနိုင်ရန်နှင့် သဘောတူသော သို့မဟုတ် သဘောမတူသော အရာများကို အချင်းချင်းပြောဆိုနိုင်ရန် ပံ့ပိုးကူညီသူ အဖြစ် သုတေသီကဆောင်ရွက်ပေးရပါသည်။ သုတေသီများသည် အတွေ့အကြုံတူညီသော သို့မဟုတ် နောက်ခံ တူညီ သော ဖြေဆိုသူများ၊ ဥပမာ အားဖြင့် ကျေးလက်ဒေသရှိ ဆရာ၊ဆရာမများ၊ တက်ကြွလှုပ်ရှားသူ လူငယ်များ၊ ကလေးငယ် ရှိသော မိဘများ အစရှိသည်ဖြင့် တူရာကို အုပ်စုဖွဲ့လေ့ ရှိပါသည်။ သုတေသီအတွက် လိုအပ်သော အချက်များနှင့် လက်တွေ့ကျ လုပ်ဆောင်နိုင်မှုတို့ အပေါ်မူတည်၍ ဖြေဆိုသူ အရေအတွက်မှာ အမျိုးမျိုးပြောင်းလဲနိုင် ပါသည်။ သို့သော် အများအားဖြင့် တစ်အုပ်စုလျှင် ငါးဦးမှ ရှစ်ဦးအထိ ရှိပါသည်။

FGDs ပြုလုပ်ခြင်း၏ အားသာချက်တစ်ခုမှာ ဖြေဆိုသူများအတွက် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အကြောင်းအရာ တစ်ခုကို အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးရန် ပို၍အဆင်ပြေနိုင်ပြီး သင်ကိုယ်တိုင်လည်း ဖြေဆိုသူများ ကြား အပြောင်းအလဲအရွေ့ (၎င်းတို့အချင်းချင်း အပြန်အလှန်ပြောဆိုပုံ) ကို လေ့လာအကဲဖြတ် နိုင်ပါသည်။ ထို့အပြင် တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှုများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါက အချိန်တိုအတွင်း အချက်အလက်များ ပို၍ ကောက်ယူနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဖြေဆိုသူများသည် အုပ်စုသတ်မှတ်ချက်များအတိုင်း မဟုတ်ဘဲ ကွဲပြားသောအမြင်ရှိ၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုမရှိခြင်း သို့မဟုတ် အခြားဖြေဆိုသူများထက် “အဆင့်အတန်းနိမ့်ပါးခြင်း” (ဥပမာ - အလုပ်သမားနှင့် အထက်လူကြီးဖြစ်နေခြင်း) တို့ကြောင့် ၎င်းတို့၏ သဘောထား အမြင်များကို အမှန်အတိုင်း မဖော်ပြခြင်းမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့အကြောင်းကြောင့် FGD တစ်ခုစီတွင် ပါဝင်မည့်သူများကို သေချာဂရုတစိုက် ရွေးချယ်ရန်နှင့် သင်၏ပံ့ပိုးကူညီမှုစွမ်းရည် များကို လေ့ကျင့်ထားရန် အရေးကြီး လိုအပ်ပါသည်။ သို့မှသာ ဖြေဆိုသူအယောက်စီတိုင်း စကားပြော ခွင့်ရစေရန်နှင့် ၎င်းတို့၏ သဘောထားအမြင်များနှင့် ခံစားချက်များကို တတ်နိုင်သမျှ လွတ်လပ်စွာ ပွင့် ပွင့်လင်းလင်း ဖော်ပြနိုင်ရန် ပံ့ပိုးကူညီပေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှုများ ကဲ့သို့ပင် ပံ့ပိုးကူညီသူများ၏ ပင်ကိုလက္ခဏာနှင့်အရည်အသွေးသည်လည်း ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေများအပေါ် လွှမ်းမိုးမှု ရှိနိုင်ပါသည်။



ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများအသုံးပြုသည့် သုတေသနစီမံကိန်း

အမည်မသိ။ (၂၀၁၉)။ ငြိမ်းချမ်းရေးအတွက် အားသာချက်တစ်ရပ်အဖြစ် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း။ Friedrich Ebert Stiftung မြန်မာရုံး။ <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15640.pdf>

ဤစီမံကိန်းသည် ၂၀၁၈-၂၀၁၉ ခုနှစ်၊ မြန်မာ့ငြိမ်းချမ်းရေးဖြစ်စဉ်အတွင်း လူငယ်များအကြား ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ခြင်းအကြောင်း သုတေသနပြု လေ့လာထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သုတေသီများသည် မြို့ပြဒေသ၊ ကျေးလက်ဒေသနှင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားရာဒေသများမှ လူငယ်များနှင့် အတူ FGDs ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများကို မျှဝေပေးနိုင်ရန်နှင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များ ရရှိစေရန်နှင့် ဖြေဆိုသူများအချင်းချင်း သဘောတူသော သို့မဟုတ် သဘောမတူသော အချက်များကို သိရှိနိုင်ရန် တစ်ပိုင်းစနစ်တကျဖြစ်သော FGDs ပြုလုပ်ရန် ရွေးချယ်ခဲ့ကြပါသည်။ ၎င်းတို့၏ တွေ့ရှိချက်များအရ လူငယ်အဖွဲ့များကြားသာမက လူငယ်နှင့် လူကြီးများကြားနှင့် အစိုးရအဖွဲ့တို့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းသည်လည်း မြန်မာနိုင်ငံတွင် ငြိမ်းချမ်းရေး တည်ဆောက်ရန် အတွက် အရေးကြီးကြောင်း ဖော်ပြနေပါသည်။

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာဟူသည် အခြေခံအားဖြင့် ဖြေဆိုသူများ အဆင်သင့်ဖြေဆိုနိုင်ရန် ပြင်ဆင်ထားသော မေးခွန်းတစ်စုံ ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် ဖြေဆိုသူများကို တိုက်ရိုက် မေးမြန်းရန် မလိုအပ်ဘဲ ထိုအစား ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုရမည်ဖြစ်ပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများသည် အရေအတွက်စံပြု လေ့လာမှုများအတွက် အသင့်လျော်ဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ၎င်းတို့သည် ဖြေဆိုသူအရေအတွက်များများ သို့မဟုတ် မတူညီသော နေရာဒေသအသီးသီးမှ ဖြေဆိုသူများအတွက် အသုံးပြုသည့်အခါနှင့် အချိန်တိုအတွင်း ရိုးစင်းသောအချက်အလက်များကို ကောက်ယူလိုသည့်အခါ အထိရောက်ဆုံးနည်းလမ်း ဖြစ်ပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ၏ အားသာချက်တစ်ခုမှာ ၎င်းတို့သည် အချိန်တိုအတွင်း အကျိုးဖြစ်ထွန်းမှုများပါသည်။ သို့သော်လည်း အချို့သောကိစ္စများတွင် အချက်အလက်ကောက်ယူသူက ဖြေဆိုသူများကို မေးမြန်း၍ ဖောင်တွင်ဖြည့်ပေးရပါသည်။ ၎င်းသည် အချိန်အရမ်းပေးရပါသည်။ ဖြေဆိုသူအချို့ သို့မဟုတ် အားလုံးက ကောင်းစွာ စာမဖတ်နိုင်၊ စာမရေးနိုင်သောအခါမျိုး သို့မဟုတ် ဖြေဆိုသူများက မေးခွန်းအားလုံးကို နားလည်၍ ဖြေဆိုနိုင်ဖို့ အလွန်အလွန် အရေးကြီးသောအခါမျိုး (ဥပမာ - လူဦးရေသန်းခေါင်စာရင်းကောက်ယူခြင်း) တွင် ထိုသို့ ပြုလုပ်လေ့ရှိပါသည်။

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများဖြင့် အချက်အလက်များနှင့် သဘောထားအမြင်များကိုလည်း ကောက်ယူနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ အားဖြင့် ‘အချက်အလက်ဆိုင်ရာ’ မေးခွန်းတွင် ‘ရေကြီးရေလျှံခြင်းကြောင့် သင်၏ ကလေးကျောင်းပျက်ဖူးပါသလား။ (ပျက်ဖူးသည်/မပျက်ဖူးပါ)’ နှင့် ‘သဘောထားအမြင်ဆိုင်ရာ’ မေးခွန်းတွင် “ကလေးသူငယ်များအား ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ် ပေးခြင်းသည် (စည်းကမ်း ထိန်းသိမ်းရေး အဖြစ်) မည်မျှထိရောက်မှုရှိကြောင်းကို စကေး ၁ မှ ၅ အသုံးပြု၍ ဖော်ပြပါ။” သို့ရာတွင် စစ်တမ်း မေးခွန်းများသည် အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အသေးစိတ်ကျကျ လေ့လာနိုင်ခြင်းမရှိပါ။ မေးခွန်းများ ပြင်ဆင်ရာတွင်လည်း အချိန်များစွာပေးရပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မေးခွန်းများကို အချော သတ်ပြီး မိတ္တူထုတ်ပြီးသည်နှင့် (သို့မဟုတ် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ဖြန့်ဝေပြီးပါက) ၎င်းတို့ကို ပြန်လည်မ ပြင်ဆင်နိုင်တော့ပါ။ သို့မဟုတ် နားလည်မှုလွဲခြင်းမျိုးရှိပါက နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းများ မမေးနိုင် သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။



အခန်း ၅။ မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ်ရွေးချယ်ခြင်း တွင် မြန်မာနိုင်ငံ ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ပြည်သူလူထု၏ ယုံကြည်မှုကိုတိုင်းတာသည့်လေ့လာမှုအကြောင်း သင်ဖတ်ရှုခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုလေ့လာမှုတွင် သုတေသီများက စစ်တမ်းကောက်ယူ သည့် နည်းလမ်းကို အသုံးပြုထားပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ထိုနည်းလမ်းကို ရွေးချယ်ခဲ့သည်ဟု ထင်သနည်း။

စစ်တမ်းမေးခွန်းများအသုံးပြုသည့် သုတေသနစီမံကိန်း

Kawasaki, A., Kawamura, G., နှင့် ဝင်းဝင်းဇင်။ (၂၀၂၀)။ ဒေသဆိုင်ရာအဆင့် ရေလွှမ်းမိုးမှု နှင့် ဆင်းရဲမွဲတေမှုကြား ဆက်နွှယ်မှု - မြန်မာနိုင်ငံဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်း။ *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2019.101348>

ဤလေ့လာမှုတွင် ပဲခူးမြို့အတွင်း ရေလွှမ်းမိုးမှုနှင့် အိမ်ထောင်စုအလိုက် ဆင်းရဲမွဲတေမှုတို့ ကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ဖော်ထုတ်ခဲ့ပါသည်။ သုတေသနအဖွဲ့သည် တစ်အိမ်တက် တစ်အိမ်ဆင်း သွားရောက်ကာ ရေလွှမ်းမိုးမှုအခြေအနေ (ကြာချိန်၊ ရေအနက်၊ ဝင်ငွေထိခိုက်မှု၊ ပိုင်ဆိုင်မှုများ ပျက်ဆီးမှု)၊ လူဦးရေဆိုင်ရာ (ဥပမာ - အသက်၊ လိင်၊ ဝင်ငွေ) နှင့် ထိခိုက်လွယ်မှု (ဘေး အန္တရာယ်များ၊ ကျန်းမာရေးစသည်တို့အတွက် အရန်အသင့် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရှိမှု) တို့ အကြောင်း မေးခွန်းများ မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ဆင်းရဲမွဲတေမှုနှင့် ရေလွှမ်းမိုးမှုဆိုင်ရာ စိစစ်သုံးသပ်ချက်အရ “ပျက်စီးလွယ်သောအိမ်များတွင် နေထိုင်သည့် ဆင်းရဲသောသူများသည် ရေလွှမ်းမိုးမှုဖြစ်လွယ်သောနေရာများတွင် နေထိုင်တတ်ကြသည်။ ထိုနေရာတွင် လူအများ သည် ရေလွှမ်းမိုးမှုကြောင့် ဆင်းရဲမွဲတေမှုသံသရာစက်ဝန်းတွင် ပိတ်မိနေသည်ဟု” ယူဆရ ပါသည်။

အိမ်ထောင်မိသားစုဝင်ငွေ၊ ပညာရေးအခြေအနေနှင့် အိမ်ထောင်စုအတွင်းနေထိုင်သူဦးရေစသည့် အကြောင်းအရာများနှင့်ပတ်သက်သော မေးခွန်းများမေးမြန်း၍ ဆင်းရဲမွဲတေမှုကို တိုင်းတာနိုင်ရန် ကြီးမားသော နမူနာအရွယ်အစားမှ အချက်အလက်များ ကောက်ယူနိုင်မည့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများအသုံးပြုခဲ့ပါသည်။

အရည်အသွေးစံပြုလေ့လာမှုများအတွက် နောက်ထပ် စိတ်ဝင်စားစရာကောင်းသော နည်းလမ်းတစ်ခုမှာ **ပါးစပ်ရာဇဝင် (Oral history)** မှတ်တမ်းတင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် သမိုင်းဝင်ဖြစ်ရပ်များ သို့မဟုတ် ခေတ်ကာလအပိုင်းအခြားနှင့်ပတ်သက်၍ တွေ့ကြုံခဲ့ရသူများကို အသေးစိတ် မေးမြန်းမှုများပါဝင်သည့် သုတေသန နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ (၎င်းသည် ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက် ဖြစ်ရပါမည်၊ ဥပမာ မြေးဖြစ်သူက အဘိုး၊ အဘွားတို့၏ အတွေ့အကြုံကို သုတေသီအား ပြန်လည်ပြောပြနေသကဲ့သို့ မဟုတ်ပါ။)။ အဓိကအချက်မှာ မေးမြန်းသူက ကြားဖြတ်မေးခွန်းများ မမေးမြန်းတော့ဘဲ ဖြေဆိုသူ၏ ဘဝဇာတ်လမ်းဇာတ်ကြောင်းကို ပြောပြစေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤကဲ့သို့ သုတေသနမျိုးသည် ရှုထောင့်အမြင်သစ်များ ပေးစွမ်းနိုင်ပြီး သမိုင်းတွင် ချန်လှပ်ထားခံရသည့်သူများ (ဥပမာ - အမျိုးသမီးများနှင့် လူနည်းစုများ) ၏ ဘဝဇာတ်ကြောင်းများကို ပြောပြပေး နိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် Open Society Institute မှ ထုတ်ဝေသော ဘဝကို အမျိုးသမီးများနေရာမှ ဝင်ကြည့်ခြင်း - ယခင်ဆိုဗီယက်ပြည်ထောင်စုမှ အမျိုးသမီးများအကြောင်း ပါးစပ်ရာဇဝင် သမိုင်းကြောင်းများ စာအုပ်သည် ယခင် ဆိုဗီယက်နိုင်ငံ ရှစ်နိုင်ငံမှ အမျိုးသမီးများ၏ ဆိုဗီယက်ပြည်ထောင်စုခေတ်နှင့် နှောင်းပိုင်းကာလအတွေ့အကြုံများကို မှတ်တမ်းတင်ထားသဖြင့် ၎င်းတို့၏ ဘဝအကြောင်းကို နားလည်သိမြင်စေပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဤကဲ့သို့ သုတေသနမျိုးသည် သမိုင်းကြောင်းကို ဖိနှိပ်ချုပ်ထိန်း၍ စိစစ်ဖြတ်တောက်ခံရသော နေရာများတွင် အသုံးဝင်နိုင်ပါသည်။

လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မှုများ



- အငြင်းပွားဖွယ် (အကြောင်းအရာ)။ သဘောထားကွဲလွဲမှုများစွာ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။
- အကဲဆတ်သော (အကြောင်းအရာ)။ လူအများကို အလွယ်တကူ စိတ်မကောင်းဖြစ်စေသော သို့မဟုတ် ဒေါသထွက်စေနိုင်ပါသည်။

သင်၏ အချက်အလက်ကောက်ယူမည့် နည်းလမ်းများရွေးချယ်ရာတွင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့် အကြောင်းအရာများ

အထွေထွေလက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မှုများ

- သင့်အတွက် အချက်အလက်ကောက်ယူရန်အချိန် အလုံအလောက်ရှိပါသလား။
- သင့်အတွက် လိုအပ်သောအချက်အလက်များပေးနိုင်မည့် ဖြေဆိုသူများရှိပါသလား။ (ဥပမာ - ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကျေးလက်ဒေသတွင် အင်တာဗျူးဖြေဆိုလိုသည့် မူလတန်းကျောင်းဆရာ၊ ဆရာမများကို ရှာလို့ရပါသလား။)
- မည်သည့်အရင်းအမြစ်များ သင်လိုအပ်သနည်း (ငွေကြေး၊ သွားရေးလာရေး၊ အစရှိသည်ဖြင့်)။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ

- လူကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံမေးမြန်းမည်လား။ တယ်လီဖုန်းဖြင့်ပြောခြင်းလား။ ဗီဒီယိုခေါ်ဆိုမှုဖြင့်လား။
- ပါဝင်ဖြေဆိုသူများသည် တစ်ဦးချင်း မျက်နှာချင်းဆိုင် မေးမြန်းမှုတွင်ပါဝင်ရန် အဆင်ပြေပါသလား။
- ဖြေဆိုသူများနှင့် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန်နှင့် ၎င်းတို့ကို ဝေဖန်ခြင်းမရှိဘဲ မျှတစွာ ပြောဆို ဆက်ဆံရန် လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်ဆီမှာရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ကျွမ်းကျင်မှုရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။

ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ

- ပါဝင်ဖြေဆိုသူများသည် အုပ်စုလိုက် စကားပြောဆိုရန် အဆင်ပြေပါသလား။
- ဖြေဆိုသူများနှင့်ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန်နှင့် ဘက်လိုက်မှုမရှိစေရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်ဆီမှာ ရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ထိုကျွမ်းကျင်မှုများရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။
- အပြန်အလှန်အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမည့် အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးမှုဖြစ်စေရန်နှင့် ဖြေဆိုသူအယောက်စီတိုင်း သေချာ စကားပြောခွင့်ရစေရန် ပံ့ပိုးကူညီဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် လိုအပ်သောကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်ဆီမှာ ရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ထိုကျွမ်းကျင်မှုများရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ

- စာရေးနိုင်၊ ဖတ်နိုင်သော ဖြေဆိုသူများ သင့်မှာရှိပါသလား။ မရှိပါက ဖြေဆိုသူတစ်ယောက် ပြီးတစ်ယောက်အတွက် မေးခွန်းလွှာတွင် ရေးသားဖြည့်စွက်ပေးနိုင်ရန် အရင်းအမြစ်များ ရှိပါသလား။

- တိကျရှင်းလင်းပြီး ဖြေရလွယ်ကူသည့်မေးခွန်းများပြင်ဆင်ရန် လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်ဆီမှာ ရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ထိုကျွမ်းကျင်မှုများရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။
- အွန်လိုင်းပေါ်တွင် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာဖြန့်ဝေရန် (သက်ဆိုင်လျှင်) လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်မှာရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ထိုကျွမ်းကျင်မှုများရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။
- အရေအတွက်စံပြုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရန် (အခန်း ၁၃။ အရေအတွက်စံပြုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်များ ရှင်းလင်းခြင်း ကို ကြည့်ပါ) လိုအပ်သည့် ကျွမ်းကျင်မှုများ သင့်မှာရှိပါသလား (သို့မဟုတ် ထိုကျွမ်းကျင်မှုများရှိလာအောင် သင်လုပ်နိုင်ပါသလား)။

အကဲဆတ်မှုနှင့် ယုံကြည်မှု

သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာသည် မည်မျှအကဲဆတ်ကြောင်းနှင့်/သို့မဟုတ် အငြင်းပွားဖွယ်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် သင်၏အချက်အလက်ကောက်ယူမှုကို မည်သို့သက်ရောက်နိုင်ကြောင်း စဉ်းစားထားရန် အရေးကြီးပါသည်။ အကယ်၍ အကဲဆတ်သော သို့မဟုတ် အငြင်းပွားဖွယ်ဖြစ်သော အကြောင်းအရာတစ်ခု (ဥပမာ - အမျိုးသမီးများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှု သို့မဟုတ် တရားမဝင်ကျောက်စိမ်းတူးဖော်မှု) ကို သုတေသနပြုလုပ်ပါက သင်၏ နည်းလမ်းရွေးချယ်မှု အပေါ်သက်ရောက်မှုရှိပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သင့်မေးခွန်းများ ဖြေဆိုရန် လိုလားသူမျိုးနှင့် မေးမြန်းမည့် ပုံစံကို စဉ်းစားရန် လိုအပ်သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ အသုံးပြုရာတွင် ဖြေဆိုသူနှင့် သုတေသီကြား အပြန်အလှန် ဆွေးနွေးပြောဆိုမှု မရှိသောကြောင့် ပို၍ အမည်မဖော်ဘဲထားနိုင်ပါသည်။ သို့သော် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အကဲဆတ်သောကိစ္စရပ်များကို အပြည့်အစုံ ရှင်းလင်းစွာ သိရှိနိုင်ရန် စေ့စေ့စပ်စပ် ဆွေးနွေးမေးမြန်းဖို့ လိုအပ်ပါသည်။ ထိုကဲ့သို့ အခြေအနေမျိုးတွင် တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် FGD ပြုလုပ်ခြင်းက ပို၍သင့်တော်ပါသည်။ လူကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံမေးမြန်းသည့် နည်းလမ်းများ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဖြေဆိုသူများနှင့် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်နိုင်ပြီး ဖွင့်ပြောရခက်သော အကြောင်း အရာများကိုလည်း ပို၍ လွတ်လပ်စွာ ထုတ်ဖော်ပြောဆိုစေနိုင်ပါသည်။

ပို၍အသေးစိတ်သိရှိနိုင်ရန် အခန်း ၁၁။ ကျင့်ဝတ်နှင့် ထိခိုက်နစ်နစ်မှုများ ကို ကြည့်ပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၆.၁

ဤအခန်းတွင် မိတ်ဆက်ရှင်းလင်းပြထားသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုချက်များ (ဆိုလိုရင်း)၊ သုတေသန နည်းစနစ် (အရေအတွက်စံပြုနှင့်/သို့မဟုတ် အရည်အသွေးစံပြု) နှင့် အားသာချက်များ နှင့် အားနည်း ချက်များဖြင့် အောက်ပါဇယားကွက်ကို ဖြည့်စွက်ပါ။

နည်းလမ်း	ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပာယ်	အရေအတွက်စံ ပြုနှင့်/သို့မဟုတ် အရည်အသွေးစံ ပြုလား	အားသာချက် များ	အားနည်းချက် များ
တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှု				
ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးမှု				
စစ်တမ်းမေးခွန်း				



လေ့ကျင့်ခန်း ၆.၂

အမည်မသိ။ (၂၀၁၉)။ ဖယ်ကျဉ်ခံထားရမှအလယ်ဗဟိုဆီသို့ - ကရင်နီပြည်နယ်အတွင်း နေထိုင်သော တိုင်းရင်းသားလူနည်းစုများ၏ နိုင်ငံရေးနှင့်လူမှုရေးဆိုင်ရာ ဖယ်ကျဉ်ခံထားရသည့်အတွေ့အကြုံများ။ Friedrich Ebert Stiftung မြန်မာရုံး။ <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15641.pdf> ကို ဖတ်ကြည့်ပါ။

သုတေသနနည်းစနစ်အပိုင်းကို အဓိကထား၍ ဖတ်ရှုလေ့လာ၍ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဖြေဆိုပါ။

ဤလေ့လာမှုတွင် မည်သည့် သုတေသနနည်းစနစ်နှင့် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုထားသနည်း။ အဘယ်ကြောင့်နည်း။

သင်၏စီမံကိန်း



သင်ရွေးချယ်ထားသည့် သုတေသနမေးခွန်းနှင့် နည်းစနစ်ကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ မည်သည့်အချက်အလက်ကောက်ယူမှု နည်းလမ်းများသည် သင်၏စီမံကိန်းအတွက် သင့်တော်မည်နည်း။ အခြားသုတေသနစီမံကိန်းများတွင် အသုံးပြုထားသော နည်းလမ်းများနှင့် ရည်ရွယ်ချက်တို့ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်နိုင်ရန်နှင့် သင်ကိုယ်တိုင်ရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူ ဖြစ်စေရန် လက်တွေ့ကျင့်သုံးနိုင်မှုများ ခေါင်းစဉ် အောက်မှ မေးခွန်းများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားအသုံးပြုပါ။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Kumar, R. (2011). Chapter 9: Selecting a method of data collection. In *Research methodology: A step-by-step guide for beginners*. Sage. <https://b-ok.africa/book/2647081/5d2269>

Utah Humanities / Utah Division of State History. (2016). Introduction to Oral History: For joint oral history grant program. <https://utahhumanities.org/images/centerinitiatives/docs/OH.UDSH-UH.HowToConductOralHistoryInfo.pdf>

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- အဖွင့်နှင့် အပိတ်မေးခွန်းများကို သာဓကများနှင့်တကွ ခွဲခြားရှင်းပြနိုင်မည်။
- တိကျရှင်းလင်းသောလမ်းညွှန်ချက်များ၏ အရေးပါမှုကို သိမြင်နိုင်မည်။
- ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ၊ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ၊ သို့မဟုတ် စစ်တမ်းကောက်ယူမှုများအတွက် မေးခွန်းများ ထုတ်ဖော်နိုင်မည်။



- ဘက်လိုက်ခြင်း။ လူပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အခြားတစ်ခုထက်ပို၍ နှစ်သက် လိုလားခြင်းနှင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာကို ပို၍ အခွင့်အရေးပေးခြင်း။

နည်းလမ်းများရွေးချယ်ပြီးသည့်နောက် ၎င်းတို့ကို စတင်ပြင်ဆင်ရပါမည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် မေးခွန်းများ တည်ဆောက်ခြင်းနှင့် လမ်းညွှန်ချက်များ ရေးဆွဲခြင်းနှင့် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများအတွက် ရှင်းလင်းချက်များ ပြင်ဆင်ခြင်းတို့ ပါဝင်သည်။

မေးခွန်းအမျိုးအစားများ - အဖွင့်မေးခွန်း နှင့် အပိတ်မေးခွန်း

အဖွင့်မေးခွန်းများ (Open-ended questions) သည် ဖြေဆိုသူများအတွက် ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ဖြေဆိုနိုင်ရန် လမ်းဖွင့်ပေးပါသည်။ ဥပမာ - “သင်၏ကျေးရွာတွင် သောက်သုံးရေရရှိမှု အခြေအနေ တိုးတက်ကောင်းမွန် လာစေရန် မည်သူ့မှာတာဝန်ရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသနည်း။” မေးမြန်းရာတွင်ကျွမ်းကျင်သူတစ်ဦးက ပြုလုပ်သည့် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် FGD တစ်ခုတွင် အဖွင့်မေးခွန်းများ အသုံးပြုခြင်းဖြင့် တန်ဖိုးရှိသော အချက်အလက် များစွာ ထွက်ပေါ်လာစေနိုင်ပြီး ၎င်းသည် အကဲဆတ်သော အကြောင်းအရာများ ဆွေးနွေးရာတွင် ပါဝင်သူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင် ရှုထောင့်အမြင်မှ ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ဖြေဆိုနိုင်သောကြောင့် အထောက်အကူဖြစ်စေပါသည်။ သို့သော်လည်း ဖြေဆိုသူများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် အချက်အလက်များကို လိုအပ်သည်ထက်ပို၍ဖြစ်စေ သက်ဆိုင်မှုရှိ၍ ဖြစ်စေ ဆွေးနွေးပြောဆိုတတ်သဖြင့် ၎င်းတို့အတွက် အဖွင့်မေးခွန်းများဖြေဆိုရာ၌ အချိန်ပိုကြာနိုင်ပါသည်။

စစ်တမ်းကောက်ယူရာတွင် အဖွင့်မေးခွန်းများကို အသုံးပြုပါက ဖြေဆိုသူများထံမှ ပို၍စုံလင်သော အချက်အလက်များ ရရှိနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေများမှာ အမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်သောကြောင့် အချက်အလက်စိစစ် သုံးသပ်ရာတွင် ခက်ခဲနိုင်ပါသည် (Kumari ၂၀၁၁)။ အဖွင့်မေးခွန်းများမှ ထွက်ပေါ်လာသော အချက်အလက်များကို အများအားဖြင့် အရည်အသွေးအရ စိစစ်သုံးသပ်လေ့ ရှိပါသည် (အခန်း ၁၂။ အရည်အသွေးစံပြ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း နှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း ကို ကြည့်ပါ)။

အပိတ်မေးခွန်းများ (Close-ended questions) သည် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောအဖြေများကို ကန့်သတ်ထားသော မေးခွန်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အထက်ပါ မေးခွန်းအတိုင်းကိုပင် အပိတ်မေးခွန်းအဖြစ် ပုံစံဖော်၍ မေးမြန်းကြည့်နိုင်ပါသည်။

- သင်၏ကျေးရွာတွင် သောက်သုံးရေရရှိမှုအခြေအနေ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန် မည်သူ့မှာတာဝန်ရှိသည်ဟု ထင်မြင်ယူဆသနည်း။ သက်ဆိုင်သောအချက်အားလုံးကို ရွေးချယ်ပါ။
 - ရွာသူရွာသားများ/ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်များ
 - ကျေးရွာအကြီးအကဲ (သူကြီး/အုပ်ချုပ်ရေးမှူး)
 - မြို့နယ်စည်ပင်သာယာအုပ်ချုပ်ရေးမှူးရုံးများ
 - တိုင်းရင်းသားလက်နက်ကိုင်အဖွဲ့အစည်းများမှ အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ
 - မြို့နယ်မှရွေးကောက်ထားသောလွှတ်တော်အမတ်များ
 - ပြည်နယ်/တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်
 - ပြည်ထောင်စုလွှတ်တော်

အပိတ်မေးခွန်းများတွင် အမှန်တစ်ခုကို ရွေးချယ်ဖြေရမည့် မေးခွန်းများ (အထက်ပါဥပမာအတိုင်း အဖြေတစ်ခုထက် ပိုရွေးချယ်နိုင်သောမေးခွန်းများ)၊ ဟုတ်ပါသည်/မဟုတ်ပါ ဖြေဆိုရမည့်မေးခွန်းများ၊ စကေး သတ်မှတ်ပေးရမည့် မေးခွန်းများ (ဥပမာ - ၁ မှ ၁၀ အထိ) စသည်တို့ ပါဝင်သည်။ ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေကို စကေး (အများအားဖြင့် ၁ မှ ၅ အထိ) သတ်မှတ်ပေးရမည့် မေးခွန်းများ ကို “Likert စကေးဖြင့်တိုင်းတာသည့်မေးခွန်းများ” ဟု ခေါ်ဆိုလေ့ရှိပြီး လူမှုသုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် အလွန်အသုံးများပါသည်။ အပိတ်မေးခွန်းများမှ ရရှိလာသော အချက်အလက်များမှာ အကန့်အသတ်ရှိသော်လည်း မေးခွန်းများကို အသေးစိတ်ကျကျ စိစဉ်ပြင်ဆင်ထားပါက သင်လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်ကို မုချရရှိမည်ဖြစ်ပြီး ပို၍မြန်မြန်ပြီးစီးနိုင်သည့်အပြင် အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရာ တွင်လည်း ပို၍လွယ်ကူပါသည်။ အပိတ်မေးခွန်းများမှ ထွက်ပေါ်လာသော အချက်အလက်များကို များသောအားဖြင့် အရေအတွက်အရ စိစစ်သုံးသပ်လေ့ရှိပါသည် (အခန်း ၁၃။ အရေအတွက်စံပြ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း ကို ကြည့်ပါ)။

သင်၏အတွေ့အကြုံနှင့် အသိအမြင်ဗဟုသုတများသည် သင်စဉ်းစားလိုရသည့် ဖြစ်နိုင်သမျှအဖြေများ အပေါ် လွှမ်းမိုးနေနိုင်သောကြောင့် အပိတ်မေးခွန်းများဖြစ်သည့်တိုင် ဘက်လိုက်မှုဖြစ်နိုင်စရာ အကြောင်း ရှိနေပါသေးသည်။ နောက်ထပ် အားနည်းချက်တစ်ခုမှာ ဖြေဆိုသူများက မေးခွန်းများကို ဖြေရလွယ်သည်ဟု ထင်မှတ်၍ သေချာလေးလေးနက်နက် မစဉ်းစားဘဲနှင့် အမြန်ဖြေလိုက်နိုင်ပါသည် (Kumari ၂၀၁၁)။

မေးခွန်းများတည်ဆောက်ခြင်း

အစဦးတွင် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းရန်၊ FGD သို့မဟုတ် စစ်တမ်း ကောက်ယူရန်အတွက် မေးခွန်းများ ဖန်တီး တည်ဆောက်ရသည်မှာ လွယ်ကူလိမ့်မည်ဟု သင် ထင်ကောင်းထင်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းကိုအချိန် များစွာယူ၍ စေ့စပ်သေချာစွာစဉ်းစားသုံးသပ်ရန်လို အပ်ပါသည်။

ပထမဦးစွာ သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းကို အပိုင်း လိုက် စိတ်ဖြာ လေ့လာပြီး သင်အမှန်တကယ်ရှာဖွေ သိရှိလိုသည့် အရာကို စဉ်းစား ဖော်ထုတ်ရပါမည်။ ဥပမာအနေဖြင့် အခန်း ၂။ သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်များ မှ သာဓကကို အသုံးပြု၍ ပိုင်းခြားစိတ်ဖြာ ကြည့်လျှင် အောက်ပါအတိုင်း တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။



“ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ချင်းပြည်နယ်၊ တီးတိန်မြို့နယ်၊ တွီးဗျဲလ်ရွာရှိ ရပ်ရွာလူထု အဖွဲ့ဝင်များအပေါ် မည်သည့် အကျိုး သက်ရောက်မှုများရှိသနည်း”

ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ကျန်းမာရေး၊ လုပ်ငန်းဆောင်တာ၊ အနားယူအပန်းဖြေမှု၊ ပညာရေးကဏ္ဍတို့အပေါ် မည်သည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ရှိသနည်း။ ထိုအခြေအနေကြောင့် ရွာသူရွာသားများ/မိသားစုဝင်များကြား အက်ဆံရေးကို ထိခိုက်စေပါသလား။ မိန်းကလေး/ယောကျ်ားလေး၊ လူငယ်/လူကြီးများအပေါ် လွှဲပြားစွာ သက်ရောက်ပါသလား။

ထိုနေရာမှစ၍ ပါဝင်ဖြေဆိုသူများအား မေးမြန်းလိုသည့် မေးခွန်းများကို စတင်စဉ်းစားဖော်ထုတ်ရပါ မည်။ သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းအတွက် အဖြေများရရှိစေမည့် မေးခွန်းအမျိုးအစားများကို စဉ်းစား ကြည့်ပါ။ သင်ရွေးချယ်သော နည်းလမ်းများသည်လည်း မေးခွန်းများအပေါ် ဧကန်အမှန်သက်ရောက် မှုရှိမည်ဖြစ်ပါသည် - တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ တွင် မေးခွန်းမေးသည့် ပုံစံသည် စစ်တမ်းကောက်ယူမှု နှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် ကွဲပြားနေပါလိမ့်မည် (ဤနေရာတွင် သုတေသီသည် FGDs အသုံးပြု၍ အရည်အသွေး စံပြလေ့လာမှုပြုလုပ်နေသည်ကိုမမေ့ပါနှင့်)။ သင်၏စဉ်းစားသုံးသပ်ချက်များကို စနစ်တကျဖြစ်စေ ရန် အောက်ပါဇယားကွက်ကိုအသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

သုတေသနမေးခွန်း	မည်သည်ကို သင်သိရှိလိုသနည်း။	ဖြေဆိုသူများအတွက် အဓိကမေးခွန်း	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများ
“ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ချင်းပြည်နယ်၊ တီးတိန် (မြို့နယ်၊ တွီးဗျဲလ်ရွာရှိ ရပ်ရွာ လူထုအဖွဲ့ဝင်များအပေါ် မည်သည့် အကျိုး သက်ရောက်မှုများရှိသနည်း”	အက်ဆံရေးများအပေါ် သက်ရောက်မှု	ရေရှားပါးမှုများကြောင့် သင်၏ ဗီဇာချ/ အိမ်ထောင်စုများတွင် အက်ဆံရေးကို ထိခိုက်စေပါသလား။ မည်ကဲ့သို့နည်း။	ထိုအရာကို ပြောင်းလဲရန် မည်သို့ လုပ်ဆောင်သင့်သနည်း။

- ကျား၊မရေးရာနှင့် အသက်အရွယ်အလိုက် အချက်အလက် ကောက်ယူရန် မမေ့လျော့ပါနှင့်။ သို့မှသာ သင်၏ သုတေသနသည် အမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးများ အတွက်သာမက အမျိုးသားများနှင့် ယောက်ျားလေးများ၏ အတွေ့အကြုံများကိုလည်း ထင်ဟပ်မည် ဖြစ်ပါသည်။
- ကျား၊မရေးရာ ပုံသေကားကျပုံစံပေါ် အခြေမခံဘဲ အားလုံးအကျိုးဝင် ပါဝင်မှု ရှိသော မေးခွန်းများကို ဖန်တီးကြည့်ပါ။ ဥပမာအားဖြင့် အကယ်၍ သင်သည် ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေး အကြောင်း သုတေသနပြုလုပ်ပါက နမူနာထဲတွင် အမျိုးသားများကို ချန်မထားပါနှင့်။ သို့မဟုတ် အမျိုးသမီးများသာ ကလေးသူငယ် စောင့်ရှောက်ရေးအတွက် တာဝန်ယူနေရသည်ဟု ထင်မှတ်စေသော မေးခွန်းများ မဖန်တီးပါနှင့်။



သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းနှင့် ဖြေဆိုသူများကို အမှန်တကယ်မေးရမည့် မေးခွန်းများကို မရောထွေးမိစေရန် အရေးကြီးပါသည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ဖြေဆိုသူများကို သုတေသနမေးခွန်းတိုက်ရိုက်မေးလေ့မရှိပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ၎င်းသည် စင်စစ် “ကြီးကျယ်လေးနက်သော” မေးခွန်းဖြစ်၍ ဖြေဆိုသူများအတွက် ချက်ချင်း ဖြေဆိုရန် ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့သည် သုတေသနမေးခွန်းကို သေးငယ်သော အစိတ်အပိုင်းများအဖြစ် “ပိုင်းခြား” ပြီးမှ ဖြေဆိုသူများကို ပို၍အသေးစိတ်ကျသော ထိုမေးခွန်းတစ်ခုချင်းစီ သီးခြား မေးမြန်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏သုတေသနမေးခွန်းများဖော်ထုတ်ရာတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် နားလည်သဘောပေါက်၍ အဓိပ္ပာယ် ကောက်ယူနိုင်သည့် ပုံစံများကိုလည်း စဉ်းစားရပါမည်။ အောက်ပါတို့မှာ Kumar (၂၀၁၁) နှင့် Denscombe (၂၀၁၀) မှ လက်တွေ့ အသုံးပြုနိုင်သော အကြံပြုချက်များဖြစ်ပါသည် -

- သာမန်လူတိုင်းနားလည်လွယ်နိုင်မည့် ရိုးရှင်းသောစကားလုံးအသုံးအနှုန်းများ အသုံးပြုပြီး အဓိကဦးတည်သည့် လူဦးရေပေါ် မူတည်ကာ သင့်တော်သော ဘာသာစကားအလိုက် ပြင်ဆင်ထားပါ။
- နားလည်ရန်ခက်ခဲသော မေးခွန်းများ မေးမြန်းခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရမည်။ ဥပမာအားဖြင့် “တရုတ်နိုင်ငံအကြောင်း နောက်ဆုံးရသတင်းများနှင့်ပတ်သက်၍ သင်မည်သို့ထင်မြင်သနည်း။” (ဖြေဆိုသူများက မည်သည့် သတင်းဖြစ်စဉ်ကို မေးမြန်းနေမှန်း မသိတာမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။)
- စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများတွင် မေးခွန်းနှစ်ခုကိုပေါင်း၍ တစ်ခုတည်း မေးမြန်းခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ရပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် “အာဏာပိုင်များသည် ရေတွင်းတူးသင့်သလို မိုးရေစုဆောင်းထားသင့်သည်ဟု သင် ထင်ပါသလား။” (ဖြေဆိုသူများက ရေတွင်းတူးရန် သဘောတူပြီး မိုးရေစုဆောင်းရန် သဘောမတူတာမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။)
- စကားလုံးအသုံးအနှုန်းအမျိုးမျိုးအသုံးပြု၍ မေးခွန်းများမထပ်နေစေရန် ဂရုပြုပါ (ဥပမာ - “သင့်မှာ သားသမီးများရှိပါသလား။” နှင့် “သင့်မှာ သားသမီးဘယ်နှယောက်ရှိသနည်း။”)။
- အရိပ်ပြမေးခွန်းများ မတည်ဆောက်ပါနှင့်။ အရိပ်ပြမေးခွန်းများမှာ ဖြေဆိုသူများကို ရည်ရွယ်ထားသည့်အဖြေ ဖြေဆိုစေရန် ဦးတည်ခေါ်ဆောင်နေသည့် မေးခွန်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “သင်၏ကျေးရွာတွင် ရေရှားပါးမှုကြောင့် မည်သည့်ပြဿနာအခက်အခဲများ ဖြစ်ပေါ်စေသနည်း။” ဟု မေးလိုက်ပါက ပြဿနာ အခက်အခဲများ ရှိနေကြောင်း ယူဆထားသလို ဖြစ်နေပါသည်။ “ပြဿနာအခက်အခဲများ” မှာ ကြားနေ စကားလုံးမဟုတ်ပါ။ “သင်၏ကျေးရွာတွင် ရေရှားပါးမှုများကြောင့် မည်သည့် သက်ရောက်မှုများ/ နောက်ဆက်တွဲ အကျိုးဆက်များ ရှိသနည်း။” ဟု မေးမြန်းခြင်းက ပို၍သင့်တော်ပါသည်။

- ရွေးချယ်စရာအဖြေအလုံအလောက် ပေးထားရမည် (အပိတ်မေးခွန်းများဖြစ်ပါက)။
- မေးခွန်းများ၏ အစဉ်ကို စဉ်းစားသုံးသပ်ပါ။ အရမ်းအကဲဆတ်သောမေးခွန်းများနှင့် မစတင်ပါနှင့်။

ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု (အခန်း ၈။ ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုပြုလုပ်ခြင်းကို ကြည့်ပါ) တွင် စမ်းသပ်ရန် လုံလောက်သည်ဟု ကျေနပ်မှုမရသေးခင်အထိ သင်၏မေးခွန်းများကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ အပြန်ပြန်အလှန်လှန် အကြမ်းပြင်ဆင် ရေးသား နိုင်ပါသည် - ၎င်းမှာ ပုံမှန်ဖြစ်နေကျ လုပ်ငန်းစဉ် အစိတ်အပိုင်းတစ်ခု ဖြစ်၍ သင်ကောက်ယူလိုသည့် အချက်အလက်နှင့် ပတ်သက်ပြီး လေးလေးနက်နက် စဉ်းစားသုံးသပ်ကာ လုပ်ဆောင်နေကြောင်းကို ဖော်ပြနေပါသည်။

တိကျသောလမ်းညွှန်ချက်များ

မူရင်းအချက်အလက်များ ကောက်ယူရာတွင် ဖြေဆိုသူများအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များ၊ ရှင်းလင်းချက်များ ပေးရာတွင် တိကျ၍ နားလည်လွယ်ရပါမည်။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် FGDs ပြုလုပ်ရာတွင် အဓိက ဖော်ပြရမည့်အရာများကို အောက်ပါအတိုင်း ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားသင့်ပါသည်။

- နောက်ခံသတင်းအချက်အလက်
- လေ့လာမှုပြုလုပ်ရသည့်ရည်ရွယ်ချက်
- မေးမြန်းသူများ/ပံ့ပိုးကူညီသူများ/သုတေသီများ၏ နာမည်များနှင့် ဆက်သွယ်ရန် အသေးစိတ် အချက်အလက်များနှင့် သက်ဆိုင်မှုရှိပါက အင်စတီကျူးရှင်း/အဖွဲ့အစည်းအကြောင်း
- သုတေသနပြုလုပ်ရန် အဓိက ကူညီပံ့ပိုးပေးသူနာမည် (၎င်းအတွက် မည်သူကထောက်ပံ့ပေးထားသနည်း)
- ဖြေဆိုသူ၏ အခွင့်အရေးများကို ရှင်းပြချက် (အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ကို ကြည့်ပါ)

မေးမြန်းမှုပြီးဆုံးသည့်အခါတွင် ဖြေဆိုသူများအား ကျေးဇူးတင်စကားပြောဆိုရန်နှင့် နောက်လုပ်ငန်းအဆင့်များ အကြောင်း ပြောပြရန် မမေ့လျော့ပါနှင့်။ လိုအပ်သည့်အရာအားလုံး အစီအစဉ်တကျဖြစ်၍ လုပ်ဆောင်ရမည့် အပိုင်း တစ်ခုမျှ မမေ့ကျန်ခဲ့စေရန် "မေးမြန်းမှုလမ်းညွှန်" သို့မဟုတ် "ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုလမ်းညွှန်" ဟုခေါ်သော ပုံစံစာရွက်တွင် လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် မေးခွန်းများကို စီစဉ်ရေးဆွဲရပါမည်။ နောက်ဆုံး၌ သင်အချက်အလက် ကောက်ယူ ရာတွင် ထိုလမ်းညွှန်ချက်ကို သင်နှင့်အတူယူဆောင်လာရန် မမေ့ပါနှင့်။ အောက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် လေ့လာရန် စာအုပ်စာတမ်းများ ကို ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုပါက ထိုလမ်းညွှန်နမူနာပုံစံများကို တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

စစ်တမ်းကောက်ယူမှုများတွင် သင်သည် အကြောင်းအရာများကို ရှင်းပြရန် သို့မဟုတ် အလွယ်တကူ နားလည်အောင် ပြောပြရန် ထိုနေရာတွင် ရှိမနေသောကြောင့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာတွင် ဖြေဆိုသူ အတွက် လိုအပ်သည့် သတင်း အချက်အလက်များ ပါဝင်သော စာရွက် (အခန်း ၁၁။ သုတေသန ကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ကို ကြည့်ပါ) ထည့်သွင်းပေးအပ်ရပါမည်။ အထူးသဖြင့် မေးခွန်းများမှာ အလွန်ရှင်းလင်းတိကျမှုရှိရန် အရေးကြီးပါသဖြင့် အထက် ဖော်ပြပါ မေးခွန်းများ တည်ဆောက်ရန် အကြံပြုချက်များအတိုင်း အသေးစိတ်လိုက်နာ၍ သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းကို ဖြေ ရှင်းနိုင်ရန် လိုအပ်သော မေးခွန်းများကိုသာ ထည့်သွင်းရမည်ဖြစ်ပါသည်။



လမ်းညွှန်ချက်များမရှင်းလင်းသော အခြေအနေတစ်ခု (အတန်း၊ အစည်းအဝေး၊ အလုပ်) တွင် သင်ပါဝင် လုပ်ဆောင်ခဲ့ဖူးသည့် အချိန်ကို ပြန်စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ၎င်းမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်များမှာ အဘယ်နည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၁

အခန်း ၅။ မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ်ရွေးချယ်ခြင်း သို့ပြန်သွား၍ စစ်တမ်းကောက်ယူမှုနှင့် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု မေးခွန်းများကို ပြန်ဖတ်ကြည့်ပါ။ မည်သည့်မေးခွန်းအမျိုးအစားများကို အသုံးပြု ထားသနည်း - အဖွင့် သို့မဟုတ် အပိတ် မေးခွန်းလား။



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၂

အောက်ပါဇယားကွက်တွင် အဖွင့်နှင့် အပိတ်မေးခွန်းများ၏ အားသာချက်များနှင့် အားနည်းချက်များ ကို ဖြည့်စွက်ပါ။

အဖွင့်မေးခွန်းများ	
အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
	အချက်အလက် စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုခက်ခဲနိုင်ပါသည်။

အပိတ်မေးခွန်းများ	
အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
အချက်အလက် စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုလွယ်ကူနိုင်ပါသည်။	



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၃

အောက်ပါ မတူညီသောသုတေသနစီမံကိန်းများမှ အင်တာဗျူးမေးခွန်းများကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ မည်သည့် အကြောင်းကြောင့် မေးခွန်းများကို ပြောင်းလဲရသနည်း။

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
လုပ်ငန်းခွင်တွင် စုံလင်ကွဲပြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မည်သို့ထင်မြင်သနည်း။	လုပ်ငန်းခွင်တွင် တိုင်းရင်းသား စုံလင်ကွဲပြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မည်သို့ထင်မြင်သနည်း။	လုံလောက်စွာအသေးစိတ်မကျခြင်း - ဖြေဆိုသူများသည် စုံလင်ကွဲပြားမှု အမျိုးအစား အမျိုးမျိုး (၂၀၂၀ - အသက်၊ ကျား၊မရေးရာ၊ အဆင့်အတန်း) အကြောင်း ဖြေဆိုနိုင်ပါသည်။
ကယားလူမျိုးတစ်ဦး အနေဖြင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရက သင့်ကို တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံသည်ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	ကယားပြည်နယ်တွင် နေထိုင်သူ တစ်ဦးအနေဖြင့် နိုင်ငံတော် အစိုးရက သင့်ကို တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံသည်ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	
စာသင်ကျောင်းတွင် ဆရာ၊ဆရာမများက သင့်ကို ခွဲခြားဆက်ဆံသည်ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	သင်သည် ခွဲခြားဆက်ဆံမှုခံရသည်ဟု ခံစားရပါသလား။ ခံစားရပါက မည်သူက သင့်ကို ခွဲခြားဆက်ဆံသနည်း။	
အမျိုးသမီးအင်ဂျင်နီယာတစ်ဦး အနေဖြင့် မည်သည့်အခက်အခဲများ သင်ရင်ဆိုင်ရသနည်း။	သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အများစုက အမျိုးသားများဖြစ်သည့် အတွက် အမျိုးသမီးအင်ဂျင်နီယာတစ်ဦး ဖြစ်ရသည်မှာ မည်သို့ပုံစံရှိသနည်း။	

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
လက်ရှိ စီးပွားရေးအခြေအနေအရ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များသည် အလုပ်ရှာဖွေရန်၊ ဘဝတိုးတက်ရန် နှင့် အိမ်ကိုပိုက်ဆံပို့နိုင်ရန်အတွက် နိုင်ငံခြား (စင်ကာပူ သို့မဟုတ် မလေးရှားနိုင်ငံ) သို့ သွားရောက်မည်ဟု သင်ထင်ပါသလား။	စီးပွားရေး အခြေအနေကြောင့် ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်မှုများ ဖြစ်လာမည်ဟု ထင်ပါသလား။	



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၄

အောက်ပါ မတူညီသော စစ်တမ်းကောက်ယူမှုများမှ မေးခွန်းများကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါ။ မည်သည့် အကြောင်းကြောင့် မေးခွန်းများကို ပြောင်းလဲရသနည်း။

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်းဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
ယခင်က သုတေသနနှင့် အဆိုပြုတိုက်တွန်းတင်ပြခြင်း ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ များ ရှိပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ	ယခင်က သုတေသနဆိုင်ရာ လစာရလုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ရှိပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ ယခင်က အဆိုပြုတိုက်တွန်းတင်ပြခြင်းဆိုင်ရာ လစာရလုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ရှိပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ	

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်းဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
များမကြာမီက အချက်အလက်များအရ လူဦးရေ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် လွတ်လပ်ရေးကို ထောက်ခံကြပါသည်။ ၎င်းကို သင်သဘောတူပါသလား။	လွတ်လပ်ရေးလှုပ်ရှားမှုများကို သင်ထောက်ခံပါသလား။ က။ ထောက်ခံပါသည် ခ။ မထောက်ခံပါ	
သင်၏နိုင်ငံအတွင်း INGO များမှ မည်သည့် စိတ်ကျန်းမာရေး နှင့် စိတ်ပိုင်းလူမှုပိုင်းဆိုင်ရာ အထောက်အကူပြုဝန်ဆောင်မှုများ (MHPSS) ပေးစေလိုသနည်း။	အဖွဲ့အစည်းများမှ မည်သည့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးနှင့် စိတ်ပိုင်းလူမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှုများ ပေးစေလိုသနည်း။ သက်ဆိုင်သောအချက်အားလုံးကို ရွေးချယ်ပါ။ ☐ ဖွင့်ဟဆွေးနွေးခြင်းကုထုံး ☐ ဆေးဝါး ☐ ကိုယ်ထူကိုယ်ထ အမျိုးသမီးအဖွဲ့များ ☐ ကိုယ်ထူကိုယ်ထ အမျိုးသားအဖွဲ့များ ☐ ပုံပြင်ပြောပြသောအဖွဲ့များ ☐ လူငယ်အဖွဲ့များ ☐ အခြား _____	

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်း ရင်းဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
သင်သည် မည်သည့် တိုင်းရင်းသား လူမျိုးစုမှ ဖြစ်သနည်း။ ☐ ဗမာ ☐ ရှမ်း ☐ ကချင် ☐ ချင်း ☐ ရခိုင် ☐ မွန် ☐ ကရင် ☐ ကရင်နီ	သင်သည် မည်သည့် တိုင်းရင်းသား လူမျိုးစုမှ ဖြစ်သနည်း။	
အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများ အသင်း (ASEAN) အဖွဲ့ဝင် ဖြစ်ခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံ အတွက် ကောင်းမွန်သော အရာ ဖြစ်သည်။ က။ သဘောတူသည် ခ။ သဘောမတူပါ	အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများ အသင်း (ASEAN) အဖွဲ့ဝင် ဖြစ်ခြင်းသည် မြန်မာနိုင်ငံအတွက် ကောင်းမွန်သော အရာ ဖြစ်သည်။ လုံးဝ သဘော တူသည် ၁ သဘော တူသည် ၂ ကြား နေ ၃ သဘော မတူပါ ၄ လုံးဝ သဘော မတူပါ ၅	

သင်၏စီမံကိန်း

သင်ရွေးချယ်ထားသော သုတေသနမေးခွန်း၊ နည်းစနစ်နှင့် အချက်အလက်ကောက်ယူမှုနည်းလမ်းများကို စဉ်းစားသုံးသပ်၍ ဆွေးနွေးပြောဆိုမည့် အချက်များနှင့်/ သို့မဟုတ် မေးခွန်းများကို အကြမ်းရေးကြည့်ပါ။



ဤအခန်းတွင် ဖော်ပြထားသော ဥပမာများနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းများ အပြင် သင်လေ့လာမည့်အကြောင်းအရာနှင့် အလားတူအကြောင်းအရာများနှင့်သက်ဆိုင်သော သုတေသန အစီရင်ခံစာများကို ဖတ်ရှုခြင်းဖြင့်လည်း စိတ်ကူး အကြံအစည်ကောင်းများ ရနိုင်ပါသည်။ စုပေါင်းစဉ်းစားအဖြေရှာခြင်းနှင့် အကြမ်းရေးဆွဲခြင်း လုပ်ငန်းစဉ်များတွင် လမ်းညွှန်ပေးနိုင်ရန် နောက်ဆက်တွဲ ၁ နှင့် ၂ ကိုလည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Denscombe, M. (2010). *The good research guide for small-scale social research projects* (4th ed.). Open University Press. <https://b-ok.africa/book/1179394/d12524>

Ellsberg, M. & Heise, L. (2005). Tools for collecting qualitative data. In *Researching violence against women: A practical guide for researchers and activists*. World Health Organization, PATH. https://path.azureedge.net/media/documents/GBV_rvaw_ch9.pdf

Kumar, R. (2011). *Research methodology: A step-by-step guide for beginners*. Sage. <https://b-ok.africa/book/2647081/5d2269>

Dai, R., Feng, H., Hu, J., Jin, Q., Li, H., Wang, R., Wang, R., Xu, L. & Zhang, X. (2020). *ESIEC2020 Questionnaire on the resilience of micro, small and medium enterprises under the new coronavirus outbreak (Covid-19)*. <https://www.cgdev.org/sites/%E2%80%8Cdefault/files/coronavirus-SME-survey-instrument-english.pdf>

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုပြုလုပ်ရခြင်းရည်ရွယ်ချက်ကိုရှင်းပြနိုင်မည်။
- သင်၏စီမံကိန်းအတွက်ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုတစ်ခုပြုလုပ်ရန် ပြင်ဆင်နိုင်မည်။

ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုဆိုသည်မှာ သင်၏သုတေသနအချက်အလက်ကောက်ယူရန်အတွက် အသေးစား လက်တွေ့ကွင်းဆင်း ဆောင်ရွက်မှုတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့ရွေးချယ်ပြင်ဆင်ထားသည့် နည်းလမ်းများသည် ကောင်းစွာအလုပ်ဖြစ်မဖြစ်နှင့် ဖြေဆိုသူများအတွက် နားလည်ရလွယ်ကူမှုရှိမရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုများ ပြုလုပ်ကြပါသည်။ အခြေခံအားဖြင့် သင်၏သုတေသန အစီအစဉ်တွင် ပြောင်းလဲပြင်ဆင်ရန်လိုအပ်သော အစိတ်အပိုင်းများရှိမရှိ ရှာဖွေနိုင်ရန် ရှေ့ပြေး စမ်းသပ် လေ့လာရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သင်၏အချက်အလက်ကောက်ယူမှု သေချာစဉ်းစားပြင်ဆင်၍ နည်းလမ်းများ နှင့်ပတ်သက်၍ ယုံကြည်မှုအပြည့်ရှိသည့်တိုင် အောက်ပါတို့အတွက် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု ပြုလုပ်ရမည် ဖြစ်ပါသည် -

- ဖြေဆိုသူများသည် သင်၏လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် မေးခွန်းများကို နားလည်နိုင်မှုရှိမရှိ စစ်ဆေးရန်
- ပြင်ဆင်ထားသည့်မေးခွန်းများသည် လိုအပ်သော အချက်အလက်ထုတ်ပေးနိုင်မှုရှိမရှိ စစ်ဆေးရန်
- သင်၏အင်တာဗျူးမေးမြန်းနိုင်မှု သို့မဟုတ် ပံ့ပိုးကူညီနိုင်မှုဆိုင်ရာ စွမ်းရည်များလေ့ကျင့်ရန် (အကယ်၍ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် FGDs ပြုလုပ်ရန် ရွေးချယ်ထားပါက)
- အချက်အလက်ကောက်ယူရန်လိုအပ်သည့်အချိန်ကာလကို စစ်ဆေးရန်

သင်၏သုတေသနနည်းလမ်းများကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးရာတွင် အဓိကရည်ရွယ်ထားသူများ နှင့် နောက်ခံတူညီသော သူများအား ရွေးချယ်၍ မေးမြန်းကြည့်သင့်ပါသည်။ အများ အားဖြင့် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုပြုလုပ်ရာတွင် ဖြေဆိုသူ နှစ်ဦး သို့မဟုတ် သုံးဦးကို စမ်းသပ် မေးမြန်းကြည့်လျှင် လုံလောက်ပါသည်။ သတိပြုရန်အချက်မှာ ထိုဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် ၎င်းသည် ရှေ့ပြေးစမ်းသပ်လေ့လာမှုတစ်ခု ဖြစ်ကြောင်းနှင့် မေးမြန်းပြီးနောက် ၎င်းတို့ထံမှ အကြံပြုတုံ့ပြန်ချက်များ တောင်းခံမည်ဖြစ်ကြောင်းကိုသိရှိထားရပါမည်။ ရှေ့ပြေးလေ့လာ ပြီးသည့်နောက် သင်၏ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုပေးသူများနှင့် စကားပြောဆို၍ သင်၏ သုတေသနနည်းလမ်းများ ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန်အတွက် ၎င်းတို့ပေးသော အရေးကြီးအကြံပြုချက်များကို ရေးမှတ်ထားရမည်။ ထို့နောက် မေးမြန်းသည့်မေးခွန်း များမှ သင်ရှာဖွေနေသည့် အချက်အလက်များ ပေးစွမ်းနိုင်ခြင်းရှိ၊ မရှိ သိရှိနိုင်ရန် ထိုလေ့လာမှုမှ ရရှိလာသည့်အချက်အလက်များကို ဂရုတစိုက် ပြန်၍ဖတ်ရှုပါ သို့မဟုတ် နားထောင်ပါ။



ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုမှ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သောရလဒ်များမှာ -

- အချို့သောမေးခွန်းများမှာ မရှင်းလင်းသောကြောင့် ပြန်လည်ပြင်ဆင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။
- အချို့သောမေးခွန်းများမှာ မလိုအပ်ခြင်း သို့မဟုတ် ထပ်နေခြင်းကြောင့် ၎င်းတို့ကို ဖျက်ပစ်နိုင်ပါသည်။
- သုတေသနမေးခွန်း၏ အဓိကအချက်ကို တုံ့ပြန်နိုင်မည့်အဖြေထွက်ပေါ်မလာခြင်းကြောင့်မေးခွန်းများ ဖြည့်စွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- နိုင်ငံရေးနှင့် လူမှုရေးအရ အကဲဆတ်မှုများကြောင့် အချို့မေးခွန်းများ၏ စကားအသုံးအနှုန်းကို ပြင်ဆင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။
- မေးခွန်းများစီစဉ်ထားရှိမှုကို ပြောင်းလဲရန်လိုအပ်ပါသည်။
- မေးခွန်းမမေးမီ အချို့သောဝေါဟာရများကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရန်လိုအပ်ပါသည်။
- မေးခွန်းများဖြေဆိုသည့်အချိန်သည် မျှော်မှန်းထားသည်ထက် ကျော်လွန်နေခြင်းကြောင့်သုတေသနအစီအစဉ်ကို ပြင်ဆင်ချိန်ညှိရန်လိုအပ်ပါသည်။
- သုတေသနအကြောင်းအရာ၏ အကဲဆတ်မှုများကြောင့် လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်သဘော တူညီချက်ပုံစံ (အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများကိုကြည့်ပါ) ကို ပို၍ ရှင်းလင်းတိကျရန် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရန် လိုအပ်ပါသည်။
- လက်တွေ့ အချက်အလက်ကောက်ယူသည့်အဆင့်တွင် စေ့စပ်သေချာစွာ အချိန်စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အသေးစိတ် ကြိုတင်စီစဉ်ထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။

အထက်ပါအချက်များမှာ ထွက်ပေါ်လာနိုင်သောရလဒ်အချို့သာ ဖြစ်ပြီး သင့်အနေဖြင့် အနည်းငယ်သာ ပြောင်းလဲ ပြင်ဆင်ရန် လိုအပ်ကြောင်း တွေ့နိုင်ပါသည် သို့မဟုတ် သင်၏ နည်းလမ်းများမှာ လုံးဝဆီလျော်မှုမရှိကြောင်းကိုပင် နားလည်သိရှိသွားနိုင်ပါသည်။ ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု ပြုလုပ်ခြင်းသည် တစ်နည်းမဟုတ်တစ်နည်းဖြင့် အရေးပါသော သုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။



သင်၏ စီမံကိန်း

သင်၏သုတေသနအတွက် နည်းလမ်းများ ချမှတ်ပြီးနောက် (စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ/ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု/FGD လမ်းညွှန်တို့ကို ရေးဆွဲပြီးဖြစ်သဖြင့်) ဆက်လက်၍ ရှေ့ပြေး လေ့လာမှုပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် အကြံပြုချက်များကို မှတ်သားကာ သင်၏မေးခွန်းများ သို့မဟုတ် သုတေသနအစီအစဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ လိုအပ်သော ပြောင်းလဲ ပြင်ဆင်မှုများ ပြုလုပ်ပါ။

အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု **မပြုလုပ်ပါက** ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သောအရာ များကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- ဖြစ်တန်စွမ်းနှင့်ဖြစ်တန်စွမ်းနည်း နမူနာကောက်ယူနည်းများကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်မည်။
- သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းအတွက် နမူနာကောက်ယူနည်းတစ်ခုကို ရွေးချယ်နိုင်မည်။



- နမူနာ။ အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် ပါဝင်မည့် သုတေသနဖြေဆိုသူများ
- နမူနာကောက်ယူခြင်း။ သင်၏သုတေသနတွင် ပါဝင်မည့်သူများကို (နမူနာ) ရွေးချယ်ခြင်း
- လူဦးရေ။ သင်သုတေသနပြုလေ့လာလိုသည့်သူများ (ဥပမာ - တောင်ကြီးမြို့မှ ထောပတ်သီးစိုက်ပျိုးသူများ)
- ကျဉ်းဝန်း။ အလျဉ်းသင့်သလို ရွေးချယ်ခြင်း



သင်၏နမူနာ (သင်အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် ပါဝင်သူများ) နှင့် နမူနာကောက်ယူခြင်း (နမူနာ ရွေးချယ်မည့်ပုံစံ) သည် သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှု ရလဒ်များအပေါ် သက်ရောက်မှုရှိပါသည်။ ဤအခန်းတွင် နမူနာကောက်ယူမှုနည်းစနစ်အမျိုးမျိုးနှင့် ၎င်းတို့ကိုအသုံးပြုရသည့် ရည်ရွယ်ချက်များကို ရှင်းပြထားပါသည်။

သုတေသနပြုလုပ်မည့်လူဦးရေသတ်မှတ်ခြင်း

သင်၏သုတေသနတွင် ဖြေဆိုမည့်သူများကို ရွေးချယ်ရန်နည်းလမ်း မချမှတ်မီ (သို့မဟုတ် နမူနာ ကောက်ယူနည်း မရွေးချယ်မီ) သုတေသနလူဦးရေကို ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ သတ်မှတ်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လိုအပ်သည့်စံနှုန်းများ ချမှတ်ရေးဆွဲရပါမည်။

ဥပမာအားဖြင့် ၂၀၁၅ ခုနှစ်တွင် ကျား၊မရေးရာတန်းတူညီမျှရေးကွန်ရက် (Gender Equality Network) မှ ထုတ်ဝေသည့် တိတ်ဆိတ်မှု နောက်ကွယ် (Behind the Silence) - အမျိုးသမီးများ အပေါ် အကြမ်းဖက်ခြင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ တွန်းလှန် လွန်မြောက်နိုင်စွမ်း အကြောင်း အစီရင်ခံစာတွင် ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် အောက်ပါသတ်မှတ်ချက်များနှင့် ပြည့်စုံရမည် ဖြစ်ပါသည်။

- “အမျိုးသမီးများအပေါ် အကြမ်းဖက်မှုပုံစံတစ်ခုခု၊ အထူးသဖြင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်သူ လက်တွဲဖော်၏ အကြမ်းဖက်မှုကို ကြုံတွေ့ခဲ့ရသူဖြစ်ရမည်
- အသက် ၁၈ နှစ် အထက်ဖြစ်ရမည်
- လေ့လာမှုတွင် စိတ်ဝင်တစား ပါဝင်နိုင်သူဖြစ်ရမည်
- ကိုယ်ပိုင်ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်နိုင်စွမ်းရှိရမည် (ကျား၊မရေးရာ တန်းတူညီမျှရေးကွန်ရက်၊ ၂၀၁၅၊ စာ ၁၉)

ဥပမာအားဖြင့် - အကယ်၍ သင်၏သုတေသန မေးခွန်းမှာ “တောင်ကြီးမြို့နှင့် အနီးပတ်ဝန်းကျင် ဒေသများမှ စိုက်ပျိုးရေး သမားများအား ထောပတ်သီးစိုက်ပျိုးရန် တွန်းအားပေးသောအချက်များမှာ အဘယ်နည်း။” ဖြစ်ပါက အောက်ပါအတိုင်း သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ -

- များမကြာမီက (လွန်ခဲ့သော သုံးနှစ်အတွင်း) ထောပတ်သီးစတင်စိုက်ပျိုးထားသူဖြစ်ရမည်။
- စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ငါးနှစ်နှင့်အထက်ရှိရမည်။
- လေ့လာမှုတွင် စိတ်ဝင်တစား ပါဝင်နိုင်သူဖြစ်ရမည်။

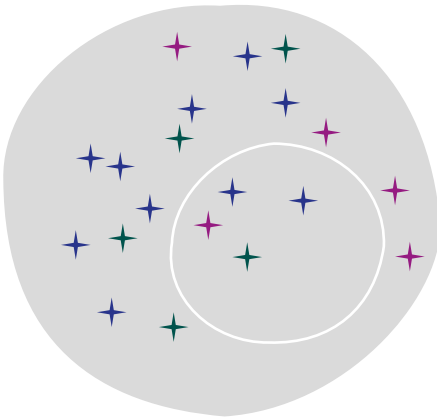
ဤသတ်မှတ်ချက်များနှင့်ကိုက်ညီသောသူ မည်သူ့ကိုမဆို သင်၏သုတေသနလူဦးရေအဖြစ် သတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။



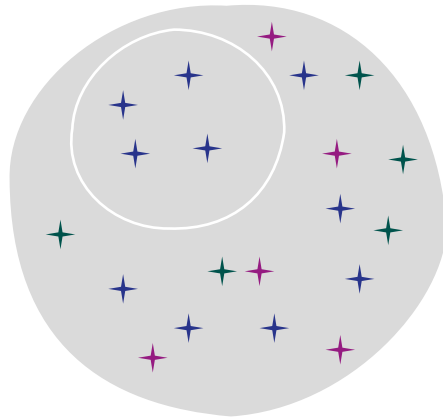
သင်၏စီမံကိန်းတွင် နောက်ခံ (လူမှုရေး၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ စီးပွားရေး၊ တိုင်းရင်းသား လူမျိုးစု၊ စသည်) အမျိုးမျိုးရှိသော အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး၊ မိန်းကလေး၊ ယောက်ျား လေးတို့အပါအဝင် စုံလင်ကွဲပြားသောအုပ်စုတစ်စုထည့်သွင်းရန် လိုအပ်ခြင်းရှိမရှိ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သုတေသန အကြောင်းအရာနှင့် ဒေသအခြေအနေပေါ်မူတည်၍ အချို့သောအုပ်စုများမှာ သုတေသနတွင် ပါဝင်နိုင်ခြေ ပိုနည်း သို့မဟုတ် ပိုများ ပါသည်။

နမူနာကောက်ယူနည်းများ

ကိုယ်စားပြုနမူနာ (Representative sample) ဆိုသည်မှာ သုတေသနပြုရန်ရည်ရွယ်ထားသည့် လူဦးရေ၏ ပင်ကိုလက္ခဏာများကို ကိုယ်စားပြုသော (သို့မဟုတ် ထင်ဟပ်သော) သို့မဟုတ် တစ်နည်းအားဖြင့် “စံသတ်မှတ်ထားသည့် လူဦးရေ ပါဝင်သော” နမူနာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည် (Denscombe ၂၀၁၀၊ စာ ၂၄)။ ဥပမာအားဖြင့် အကယ်၍ ရန်ကုန်မြို့မှ အထည်ချုပ်စက်ရုံ အလုပ်သမားများမှာ အမျိုးသမီး ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် အမျိုးသား ၂၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ အသက် ၂၀ မှ ၃၀ အရွယ် ၄၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ အသက် ၃၁ မှ ၄၀ အရွယ် ၃၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ နှင့် အသက် ၄၁ နှင့်အထက် ၃၀ ရာခိုင်နှုန်း ရှိပါက ကိုယ်စားပြုနမူနာမှာ ထိုကိန်းဂဏန်း အချက်အလက်များကို ထင်ဟပ်နေရပါမည်။ သို့မဟုတ် အောက်ပါ ပုံများတွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း လူဦးရေထဲတွင် အပြာ ၁၀ ခု၊ အစိမ်း ၅ ခုနှင့် ခရမ်း ၅ ခုရှိပါက သင်၏နမူနာ တွင် အပြာ ၂ ခု၊ အစိမ်း ၁ ခုနှင့် ခရမ်း ၁ ခုစီ ပါဝင်ရမည်။ အကယ်၍ သင်သည် အပြာချည်းပဲ ထည့်ထားပါက ထိုနမူနာသည် ကိုယ်စားပြုနမူနာ မဖြစ်နိုင်ပါ။



ကိုယ်စားပြုနမူနာ



ကိုယ်စားမပြုသောနမူနာ

အခန်း ၅။ မှန်ကန်သောသုတေသနနည်းစနစ်ရွေးချယ်ခြင်း တွင် ဖော်ပြထားသည့်အတိုင်း အရေအတွက်စံပြု လေ့လာသည့် သုတေသီများသည် ၎င်းတို့၏တွေ့ရှိချက်များကို ခြုံငုံ၍ ကောက်ချက်ချလိုသောကြောင့် ၎င်းတို့၏ လေ့လာမှုရလဒ်များကို သတ်မှတ်ထားသောနမူနာအတွက် သာမဟုတ်ဘဲ သုတေသနလူဦးရေတစ်ခုလုံးအတွက် မှန်ကန်စေလိုပါသည် (သို့မဟုတ် သက်ရောက် စေလိုပါသည်)။ ထိုအကြောင်းကြောင့် ကိုယ်စားပြုနမူနာသည် အရေအတွက်စံပြုလေ့လာမှုအများစု အတွက် အရေးကြီးပါသည်။

ခြားနားချက်မှာ အရည်အသွေးစံပြုလေ့လာမှုများတွင် အသုံးပြုသော နမူနာအရွယ်အစားသည် အရေအတွက်စံပြု လေ့လာမှုများထက် ပို၍ သေးငယ်လေ့ရှိပါသည်။ ထိုသို့ဖြစ်ခြင်းမှာ အရည်အသွေး

စံပြုလေ့လာမှုများတွင် ကိုယ်စားပြု နမူနာများကိုသာ ဦးတည်လေ့လာခြင်း မဟုတ်ဘဲ လိုအပ်သည့် သတင်းအချက်အလက်နှင့် အသိအမြင်ပေးစွမ်းနိုင်သော နမူနာရရှိရန် အဓိကထားခြင်း ဖြစ်ပါသည် (Denscombe ၂၀၁၀)။

ဖြစ်တန်စွမ်းနမူနာကောက်ယူနည်း (Probability sampling) အရ သုတေသနပြုလုပ်မည့်လူဦးရေ တွင်ပါဝင်သူတိုင်းသည် ဖြေဆိုသူအဖြစ် ရွေးချယ် ခံရနိုင်သည့် တန်းတူအခွင့်အရေးရှိသောကြောင့် ၎င်းသည် ပို၍ကြီးသော ကိုယ်စားပြုနမူနာများ ရွေးချယ်ရန်အတွက် အသင့်တော်ဆုံး နည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ဖြစ်တန်စွမ်းနမူနာကောက်ယူရာတွင် သုတေသနပြုရန် ရည်ရွယ်ထားသော လူထု တစ်ရပ်လုံး၏ ဖွဲ့စည်းပုံကို သိရှိထားရန်လိုအပ်သောကြောင့် လုပ်ဆောင်ရန် ခက်ခဲပါသည်။ ဆိုလို သည်မှာ ထိုလူဦးရေတွင် ပါဝင်သူတိုင်း၏အကြောင်းကို အတိအကျ သိထားရန်လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ လုပ်ဆောင်ရန်အတွက် လေ့လာမည့်လူဦးရေတွင် ပါဝင်သူအားလုံးစာရင်း (ဥပမာ - ရန်ကုန်မြို့မှ အထည်ချုပ်စက်ရုံ အလုပ်သမားအားလုံး၏ အချက်အလက်များ) သို့မဟုတ် လေ့လာမည့်လူထု တစ်ရပ်လုံးထံသို့ သွားရောက်ရန်လိုပါသည် (ဥပမာ - သင်သည် ရွာတစ်ရွာမှ အိမ်ထောင်စုတိုင်းသို့ သွားရောက်နိုင်ရမည်)။

ဖြစ်တန်စွမ်းနမူနာကောက်ယူနည်းများ

ရိုးရိုးကျပန်းနမူနာကောက်ယူခြင်းသည် ထိထိုးသကဲ့သို့ လုံးဝကျပန်းရွေးချယ်ရပါသည်။ ၎င်းကို ဖြေဆို သူဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိသူများ စာရင်းတွင် နံပါတ်များသတ်မှတ်ကာ အလျဉ်းသင့်သလို ရွေးချယ်ပြုလုပ်နိုင် ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်သုတေသနပြုလုပ်မည့်လူဦးရေမှာ ရွာတစ်ရွာရှိ အိမ်ထောင်စုများဖြစ်ပြီး နမူနာအရေအတွက် (၈၀) ကောက်ယူ လိုပါက အိမ်ထောင်စုတစ်စုစီကို နံပါတ်များသတ်မှတ်၍ အိမ်ထောင်စုပေါင်း (၈၀) စု ကို ကျပန်းရွေးချယ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

စနစ်တကျနမူနာကောက်ယူခြင်းသည် အပေါ်ကပုံစံနှင့်မတူဘဲ အနည်းငယ်ကွဲပြားပါသည်။ အရေ အတွက်ကို ကျပန်း ရွေးချယ်မည့်အစား တိကျသောအပိုင်းအခြားတစ်ခုဖြင့် ရွေးချယ်ရပါသည်။ ဥပမာ အားဖြင့် သင့်ထံတွင် အိမ်ထောင်စုပေါင်း (၃၂၀) စု စာရင်းရှိပါက နောက်ဆုံးတွင် နမူနာအတွက် ဖြေဆိုသူ (၈၀) ဦး ရရှိရန် လေးခုမြောက် အိမ်ထောင်စုတိုင်းကို ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

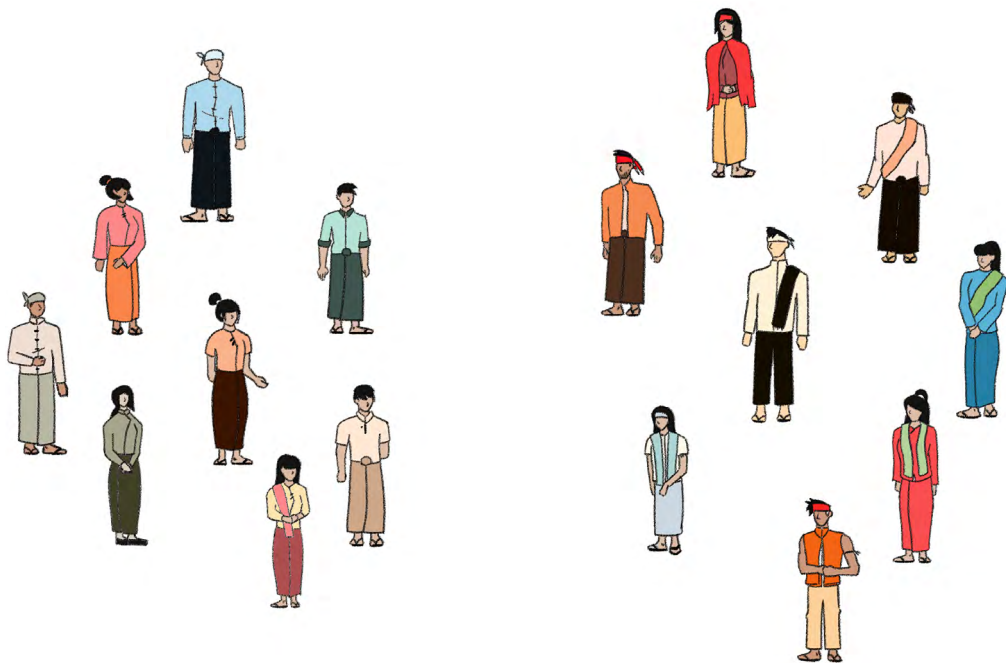
ဦးတည်အုပ်စုလိုက်နမူနာကောက်ယူခြင်းတွင် သုတေသနပြုရန်ရည်ရွယ်ထားသည့် လူဦးရေကို တစ် နည်းနည်းဖြင့် (ဥပမာ - တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု၊ ဝင်ငွေ၊ အလုပ်အကိုင်) အရေးပါသည့် အုပ်စုများအဖြစ် ပိုင်းခြားရပါသည်။ ထို့နောက် သုတေသနလူဦးရေ ဖွဲ့စည်းပုံပေါ်အခြေခံ၍ အုပ်စုတစ်စုစီမှ ရွေးချယ်မည့် အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်ကို သတ်မှတ် ရပါမည်။ ဆက်လက်ပြီး အုပ်စုငယ်တစ်စုစီမှ ကျပန်း ရွေးချယ်ရပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် အလုပ်အကိုင် အခြေအနေမှာ လေ့လာမှုအတွက် အရေးပါသော လက္ခဏာတစ်ရပ်ဖြစ်၍ အိမ်ထောင်စု (၂၀၀) စု မှာ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူများ ဖြစ်ပြီး (၁၂၀) စု မှာ လက်လီရောင်းချသည့်လုပ်ငန်းအဓိကလုပ်ကိုင်နေသူများ ဖြစ်ပါက နမူနာဦးရေ (၈၀)

ရရှိရန် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းမှ (၅၀) ဦး နှင့် လက်လီရောင်းချသည့်လုပ်ငန်းမှ (၃၀) ဦးကို ကျပန်း ရွေးချယ်ရပါမည်။ ၎င်းသည် ဦးတည်အုပ်စု ပိုများလေ ပိုရှုတ်ထွေးလေဖြစ်ကြောင်း သိသာထင်ရှားနေ ပါသည်။

ဖြစ်တန်စွမ်းနည်းနမူနာကောက်ယူခြင်း (Non-probability sampling) သည် ဖြစ်တန်စွမ်းနမူနာ ကောက်ယူခြင်းကဲ့သို့ “ကျပန်း” ရွေးချယ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ သုတေသနလူဦးရေတွင် ပါဝင်သူတိုင်းသည် ရွေးချယ်ခံရနိုင်သည့်အခွင့်အရေး တန်းတူ မရှိကြပါ။ ဥပမာအားဖြင့် မန္တလေးမြို့မှ အိမ်ယာမဲ့ဖြစ် သောလူဦးရေကို လေ့လာရာတွင် မန္တလေးမြို့ရှိ အိမ်ယာမဲ့များ အားလုံး၏ စာရင်းလည်းမရှိ၊ ၎င်းတို့ထံ သွားရောက်နိုင်ခြင်းလည်း မရှိသောကြောင့် သုတေသနပြုလုပ်မည့် လူထု တစ်ရပ်လုံး၏ ဖွဲ့စည်းပုံ အတိအကျကို သိနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဖြစ်တန်စွမ်းနည်းနမူနာကောက်ယူနည်းကိုသာ အဓိကထားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အရေးကြီးသည့်အချက်မှာ အရည်အသွေးစံပြ အချက်အလက်အတွက် သာမက အရေအတွက်စံပြ အချက်အလက်များ ကောက်ယူရာတွင်လည်း ဖြစ်တန်စွမ်းနည်း နမူနာ ကောက်ယူနည်းများကို အသုံးပြုနိုင်ကြောင်း ဂရုပြုရပါမည်။

ဖြစ်တန်စွမ်းနည်းနမူနာကောက်ယူနည်းများ

နီးစပ်ရာနမူနာကောက်ယူခြင်းသည် သုတေသနပြုရန် အလွယ်တကူရရှိနိုင်သည့်အပြင် ပါဝင်လိုစိတ် လည်းရှိသော ဖြေဆိုသူများကို ရွေးချယ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက် ရေးအကြောင်း လေ့လာမှုတစ်ခု တွင် သင့်ကို ကူညီပေးလိုစိတ်ရှိသောသူငယ်ချင်းများထဲမှ အသက် ၁၀ နှစ်နှင့်အောက် ကလေးရှိသော မိဘများကို ရွေးချယ်လေ့လာနိုင်ပါသည်။



စိစစ်ရွေးချယ်နမူနာကောက်ယူခြင်းသည် သင်၏လေ့လာမှုအတွက် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်နိုင်သည့် ဖြေဆိုသူများကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ရွေးချယ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်သည် နိုင်ငံရပ်ခြားတွင် နေထိုင်၍ ပညာသင်ကြားခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ သုတေသနပြုလုပ်လိုပါက ဤအကြောင်းအရာနှင့် အရင်းနှီးဆုံးဖြစ်မည့်သူများ၊ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် နိုင်ငံရပ်ခြားတွင် နေထိုင်ပြီး ပညာသင်ကြားခဲ့သော သူများ သို့မဟုတ် နိုင်ငံတကာကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအတွက် လမ်းညွှန် ကူညီဆောင်ရွက်ပေး သည့်အလုပ် လုပ်ကိုင်ဖူးသူများကိုလည်း ရွေးချယ်နိုင်ပါသည်။

ဆင့်ကဲနမူနာကောက်ယူခြင်းသည် နောက်ထပ်ဖြေဆိုသူများရှာဖွေရာတွင် ကူညီပေးနိုင်သူများကို ရွေးချယ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သစ်တောာပြုန်းတီးခြင်းနှင့်ပတ်သက်သော လေ့လာမှု အတွက် သင်သိကျွမ်းသော သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ တက်ကြွလှုပ်ရှား သူများ သို့မဟုတ် သဘာဝဝန်းကျင် ချစ်မြတ်နိုးသူများကို ဖြေဆိုသူများအဖြစ် ရွေးချယ်ထားပါက ၎င်းတို့အား လေ့လာမှုတွင်ပါဝင်နိုင်ခြေရှိသော အခြားသူများကို ရှာဖွေပေးရန် မေးမြန်းကြည့်နိုင် ပါသည်။

နမူနာအရွယ်အစား

အရေအတွက်စံပြုသုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် တွေ့ရှိချက်များကို ခြုံငုံ၍ကောက်ချက်ချလိုပါက အထူးသဖြင့် နမူနာ အရွယ်အစားသည် အရေးကြီးပါသည်။ ထို့ကြောင့် အရေအတွက်စံပြုလေ့လာမှု များတွင် ဖြေဆိုသူအရေအတွက် များစွာ ရရှိလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ အရည်အသွေးစံပြု လေ့လာမှုများတွင်မူ သင်၏သုတေသနမေးခွန်းကို ဖြေရှင်းနိုင်မည့် အရည်အသွေးမီ အချက်အလက် များရရှိနေသရွေ့ ဖြေဆိုသူအရေအတွက်မှာ ထိုမျှလောက် အရေးမပါပေ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၉.၁

Fielding-Miller, R., Misi, Z., Adams, D., Baral, S. & Kennedy, C. (၂၀၁၄)။ “ရပ်ရွာလူထုအတွင်း မှ ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုများ” - ဆွာဇီလန်နိုင်ငံတွင် စားနပ်ရိက္ခာ ဖူလုံရေးအတွက် လိင်လုပ်ငန်းတွင် ပါဝင်နေမှု သံသရာ အကြောင်း အရည်အသွေးစံပြု လေ့လာမှု။ *BMC Public Health*၊ ၁၄ (၇၉)။ <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-79> တွင် ဖော်ပြထားသော “နောက်ခံနှင့် ဖြေဆိုသူများ အကြောင်း” ကဏ္ဍ (စာမျက်နှာ ၂-၃၊ အောက်ဖော်ပြပါ လေးထောင့်ကွက်) ကို ဖတ်ရှုပါ။

အဓိကသတင်းပေးသူနှင့်မေးမြန်းမှုများမှာ သင်သုတေသနပြုနေသည့် အကြောင်းအရာ နှင့် ပတ်သက်၍ အသိအမြင် ကြွယ်ဝသော သူများ (“အဓိက သတင်းပေး သူများ”) နှင့် အရည်အသွေးအခြေပြု အသေးစိတ်ကျကျ မေးမြန်းမှုများ ဖြစ်ပါသည်။



သုတေသနနည်းလမ်းများ

နောက်ခံနှင့် ဖြေဆိုသူများအကြောင်း

ဆွာဇီလန်နိုင်ငံ MoHI NERCHA၊ ဆွာဇီလန်နိုင်ငံ အမျိုးသားခုခံအားကျကူးစက်ရောဂါတိုက်ဖျက်ရေးစီမံချက် (SNAP) နှင့် နိုင်ငံအတွင်း လိင်လုပ်သားများအတွက် ဝန်ဆောင်မှုများပေးနေသော NGO များမှ အဓိက သတင်းပေးသူများနှင့် တိုင်ပင်ဆွေးနွေးပြီးနောက် သုတေသီတို့သည် တောင်အာဖရိကသို့ ဝင်ထွက်သွားလာနေကြသည့် ကုန်တင်ကား မောင်းသူများကို အဓိကထားသော လိင်လုပ်ငန်းများရှိရာ ကျေးလက်ဒေသ နယ်စပ်မြို့ငယ် တစ်နေရာ၊ သုတေသီများ စကားပြောဆိုခဲ့သော ဘားနှင့် ကလပ်များတွင် လိင်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သည့် အမျိုးသမီးအများစုရှိရာ မြို့ပြအနီးဝန်းကျင်တစ်နေရာနှင့် အမ်ဘားဘားနဲ-မန်ဇီးနီ မြို့ပြစင်္ကြံလမ်းကြောင်းပေါ်ရှိ နေရာနှစ်နေရာစသည့် မတူညီသော နယ်မြေလေးနေရာတွင် သုတေသန ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ အချို့သော အမျိုးသမီးများက ဘားများတွင် လုပ်ကိုင်ကြ သော်လည်း အမ်ဘားဘားနဲ-မန်ဇီးနီ စင်္ကြံလမ်းကြောင်းပေါ်မှ လိင်လုပ်ငန်းအများစုသည် လူသွားလမ်းမထက် (“အချက်အချာနေရာများ” အဖြစ် လူသိများသော နေရာများ) တွင် အဓိကလုပ်ကိုင်ကြပါသည်။ သုတေသီများ ထည့်သွင်းစဉ်းစားသည့် အချက်များအရ အဓိက သတင်းပေးသူများသည် အသက် ၁၈ နှစ်အထက် (ဆွာဇီလန်နိုင်ငံတွင် တရားဝင်အရွယ်ရောက်သည့် အသက်) ဖြစ်၍ ယခင်က HIV ပိုးကူးစက်ခံခဲ့ရပြီး လိင်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူများ ဖြစ်ပါသည်။ ဒေသတွင်းပြုလုပ်ပြီးသော အခြားသုတေသနများအရ လိင်လုပ်ငန်း၊ အလဲအလှယ် ပြုလုပ်၍ လိင်ဆက်ဆံခြင်းနှင့် ချစ်သူရည်းစားဆက်ဆံရေးတွင် ငွေကြေးထောက်ပံ့မှုများကြား ပြတ်ပြတ်သားသား ခွဲခြားရခက်ခဲကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် သက်ဆိုင်သူအမျိုးသမီးများ၏ နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုယ်ပိုင်ရှုထောင့် အမြင်များပေါ် များစွာ မူတည်နေကြောင်း တွေ့ရှိထားပြီး ဖြစ်ပါသည် (၃၂-၃၄)။ ထိုအချက်ကို ရှင်းလင်းစေရန် လိင် လုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သက်၍ မိမိကိုယ်ကို လိင်လုပ်သားအဖြစ် ခံယူသူများကိုသာ လေ့လာရန် ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ သုတေသီတို့သည် အမျိုးသမီးတစ်ဦး နောက်ဆုံး လိင်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သည့်အချိန်ကို ထည့်သွင်း မစဉ်းစားထားသော်လည်း အချက်အလက် ကောက်ယူချိန်တွင် ဖြေဆိုသူအများစုမှာ လိင်လုပ်ငန်းတွင် အမြဲပါဝင်လုပ်ကိုင်နေသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။ အစိုးရပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဆေးပေးခန်းများနှင့် ဒေသတွင်း NGO များမှ စီမံခန့်ခွဲသည့် အထောက်အကူပြု အဖွဲ့များနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ ကျန်းမာရေးပညာပေး ကွန်ရက်များမှတစ်ဆင့် ဖြေဆိုသူများကို စုဆောင်း ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအုပ်စုများနှင့် နီးကပ်စွာလုပ်ကိုင်လျက်ရှိသော NGO ဝန်ထမ်းများ နှင့် ပြည်သူ့ ကျန်းမာရေး သူနာပြုများအနေဖြင့် သုတေသနအကူအတွက် HIV ပိုးရှိသည်ဟုသတ်မှတ်ခံထားရသော အမျိုးသမီးများကို ရည်ညွှန်းပေးရန် တောင်းဆိုခဲ့ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသောဖြေဆိုသူများက လေ့လာမှုတွင်ပါဝင်ရန် စိတ်ဝင်စားကြောင်း ဖော်ပြလာပါက ကြိုတင်စိစဉ် ထားသော အင်တာဗျူးပြုလုပ်မည့်နေရာတွင် သုတေသနအကူ နှင့် တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ရည်ညွှန်းပေးသည့် NGO ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဝင် သို့မဟုတ် သူနာပြုများက ၎င်းတို့ကို ဖိတ်ခေါ်ပေးခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက် ဆင့်ကဲနမူနာကောက်ယူနည်းကို အသုံးပြု၍ နောက်ထပ် ဖြေဆိုသူများ ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည် (၃၅)။

ထို့နောက် အောက်ပါမေးခွန်းများကို ဖြေဆိုပါ။

၁။ သုတေသနလူဦးရေသတ်မှတ်ရာတွင် မည်သည့်အချက် သုံးချက်ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားထားသနည်း။

၁။

၂။

၃။

၂။ မည်သည့်နမူနာကောက်ယူနည်းကိုအသုံးပြုထားသနည်း။

၃။ နမူနာကောက်ယူနည်းအရ မည်သည့်အဆင့်များကို ဆောင်ရွက်ခဲ့သနည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

သင်ရွေးချယ်ထားသည့် သုတေသနနည်းစနစ်၊ နည်းလမ်းများနှင့် ရရှိနိုင်သည့် အရင်းအမြစ်များ အခြေခံ၍ သင်အသုံးပြုမည့် နမူနာကောက်ယူနည်းကို ရွေးချယ်သတ်မှတ်ပါ။



အရေအတွက်အခြေပြု လေ့လာမှုများအတွက် ကြီးမားသော နမူနာအရွယ်အစားသည် ပို၍သင့်လျော်ကြောင်း အမှတ်ရပါ။

သင်၏ သုတေသနမေးခွန်းသည် အရေအတွက်စံပြနှင့် အရည်အသွေးစံပြလေ့လာမှု နှစ်ခုလုံးအတွက် အဓိကကျပြီး လေ့လာမှုမှ ရှာဖွေတွေ့ရှိလိုသည့်အရာကိုသာ အာရုံစိုက်လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် နမူနာကောက်ယူနည်း ရွေးချယ်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Kumar, R. (2011). Chapter 12: Selecting a sample. In *Research methodology: A step-by-step guide for beginners*. Sage. <https://b-ok.africa/book/2647081/5d2269>

အချက်အလက်ကောက်ယူရန် ပြင်ဆင်ခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- မှတ်စုကောင်းများရေးသားခြင်း၏ အရေးပါမှုကို သိမြင်နားလည်လာမည်။
- ထိရောက်စွာနားထောင်နိုင်မှုစွမ်းရည်ကို ကျင့်သုံးနိုင်မည်။
- အချက်အလက်ကောက်ယူမည့်အချိန်ကာလအတွက် ကြိုတင်စီမံပြင်ဆင်နိုင်မည်။

သင်၏အချက်အလက်ကောက်ယူမည့်အချိန်ကာလအတွက် ကြိုတင်စီမံသည့် အဆင့်တွင် သင်လိုအပ်သော ကျွမ်းကျင်မှု စွမ်းရည်များနှင့် ပြင်ဆင်ထားရမည့်အရာများကို ကောင်းစွာသိရှိထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဖြေဆိုသူများနှင့် ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ခြင်းသည် သုတေသနစီမံကိန်းတိုင်းအတွက် မရှိမဖြစ်အရေးပါလှပါသည်။ ထိုအတွက်ကြောင့် ၎င်းတို့ကို ချဉ်းကပ်နည်းနှင့် ဆက်သွယ်မည့်နည်းလမ်းများကို ဂရုတစိုက်စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ယဉ်ကျေးမှု ဆိုင်ရာ နောက်ခံအကြောင်းအရာများ (ဒေသအလိုက်တန်ဖိုးထားမှုများ၊ အစဉ်အလာများနှင့် ဖွင့်ထုတ်ပြောလေ့မရှိသော စည်းကမ်း ကန့်သတ်ချက်များနှင့် စံသတ်မှတ်ချက်များ) ကို သိနားလည်၍ လေးစားသမှုပြုရန် အလွန် အရေးကြီးပါသည်။ အကယ်၍ သင်သုတေသနပြုလေ့လာမည့်လူဦးရေ၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ နောက်ခံအကြောင်း အရာများကို အကျွမ်းတဝင်မရှိပါက ထိုပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အသိုင်းအဝိုင်းအကြောင်း သိနားလည်စေရန် ကူညီပေးနိုင်သော ဒေသခံ အဆက်အသွယ်များ ရရှိရန် လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် ဖြေဆိုသူများနှင့် ဆက်ဆံပြောဆိုမှုကို သိသိသာသာ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အချို့သောလူမှုအသိုင်းအဝိုင်းတွင် ဆရာ၊ဆရာမကဲ့သို့ ရိုသေလေးစားရသည့် ပုဂ္ဂိုလ်များရှေ့တွင် သဘောမတူသည့် ပုံစံ သို့မဟုတ် မယုံသင်္ကာဖြစ်သည့်ပုံစံမျိုး ပြခြင်းသည် ရိုင်းပျသော အမူအရာအဖြစ် ယူဆထားပါသည်။ ၎င်းသည် ဖြေဆိုသူများက သင်နှင့် သို့မဟုတ် အချင်းချင်း အပြန်အလှန် ပြောဆိုဆက်ဆံမှုအပေါ် သက်ရောက်နိုင်သောကြောင့် သင်နေထိုင်ရာနေရာနှင့် သင်သုတေသနပြုလုပ်သောနေရာကြား ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ကွာခြားချက်များကို သိနားလည်ထားရန် အရေးကြီးလိုအပ်ပါသည်။ ဓလေ့ထုံးတမ်း အစဉ်အလာများ နှင့် ယဉ်ကျေးမှုကို အလေးထား၍ သင့်တင့်လျောက်ပတ်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ဖြေဆိုသူများကို အနေရ ခက်စေမည့် အကဲဆတ်သောကိစ္စရပ်များကို စဉ်းစားထားသင့်ပါသည်။

အချက်အလက် ကောက်ယူရာတွင် ဖြေဆိုသူများနှင့် ပို၍ရင်းနှီးမှုရှိစေရန် ကိုယ့်အကြောင်း၊ သုတေသနစီမံကိန်း အကြောင်းနှင့် သုတေသန ပြုလုပ်ရသည့် ရည်ရွယ်ချက်(များ)ကို တိကျရှင်းလင်းစွာ သေချာ မိတ်ဆက်ပေး ရပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် -

“အခုတောင်ကြီးမြို့နဲ့အနီးဝန်းကျင်ဒေသတွေက ထောပတ်သီးစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းအကြောင်း လေ့လာတဲ့ သုတေသနစီမံကိန်းမှာ ပါဝင်ပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူးအများကြီးတင်ပါတယ်။ သိထားပြီးတဲ့အတိုင်း ကျွန်တော်/ကျွန်မကတော့ လွိုင်ကော်က လူမှုသုတေသီတစ်ယောက် ဖြစ်ပြီးတော့ ထောပတ်သီးစိုက်ပျိုးရေးကို ပြောင်းလဲလုပ်ကိုင်တာနဲ့ပတ်သက်တဲ့ အတွေ့အကြုံတွေနဲ့ ဒီအရာက နေ့စဉ်လူမှုဘဝအပေါ် ဘယ်လို သက်ရောက်မှုတွေ ဖြစ်စေလဲဆိုတာ သိရှိနားလည်ချင်တဲ့အတွက် အခုလိုတွေ့ဆုံရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။ မေးမြန်း ဆွေးနွေးတဲ့အခါ အချိန် ၄၅ မိနစ်ကနေ တစ်နာရီလောက်ထိ ကြာနိုင်ပါတယ်။ အဲဒီအတွက် အဆင်ပြေရဲ့လား။”

အစကောင်းမှ အနှောင်းသေချာဆိုသကဲ့သို့ ကျိုးကြောင်းခိုင်လုံစွာ ကနဦးမိတ်ဆက်ပေးထားခြင်းဖြင့် ဖြေဆိုသူများနှင့် ကောင်းမွန်သောဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်သွားနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။



အကယ်၍ သင်သည် တစ်စုံတစ်ဦး၏ သုတေသနလေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ရမည်ဆိုလျှင် မည်သည်တို့ကြောင့် သုတေသီများအပေါ်ထားသည့် သင့် ယုံကြည်မှုကို ထိခိုက်စေမည်ဟု ထင်သနည်း။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ (FGDs) အတွက်

လိုအပ်သည့်အရာများပြင်ဆင်ခြင်း

သင့်အနေဖြင့် တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများနှင့် FGDs များ ပြုလုပ်ရန်အတွက် လမ်းညွှန်မေးခွန်းများ၊ သဘောတူညီချက်ပုံစံများနှင့် သုတေသနအကြောင်း စာရွက်စာတမ်းများကို ပုံနှိပ်ထုတ်၍ မိတ္တူကူးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းတို့ကို စည်းစနစ်ကျကျစွာ ပြင်ဆင် ရေးသား၍ လုံခြုံစွာထားရှိရပါမည်။ ထို့ပြင်လည်း မှတ်စု ရေးသားရန် မှတ်စုစာအုပ်၊ ဘောပင်နှင့် ခဲတံများ အလုံအလောက် ရှိထားရပါမည်။



အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများ ကြား ကျား၊မရေးရာ ဆက်နွှယ်မှုများကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ အချို့သောသူများသည် ကျား၊မ ပေါင်းစပ်ထားသော အုပ်စုများတွင် ပွင့်လင်းစွာ မဆွေးနွေးလိုသောကြောင့် ထိုသို့ကိစ္စရပ်များတွင် အမျိုးသားသီးသန့် သို့မဟုတ် အမျိုးသမီး သီးသန့် ပါဝင်သော မေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် FGDs တို့မှာ ပို၍ သင့်တော်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အမျိုးသမီးအများစုသည် အမျိုးသားများရှေ့တွင် ချစ်ရေးချစ်ရာနှင့် ပတ်သက်၍ ပြောဆိုရ ခက်နေနိုင်ပါသည်။

ထိရောက်စွာနားထောင်ခြင်း

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများနှင့် FGDs များပြုလုပ်ရာတွင် ထိရောက်စွာ နားထောင်နိုင်ရန် အလွန် အရေးကြီးလှပါသည်။ ထိရောက်စွာ နားထောင်ခြင်းဆိုသည်မှာ စကားပြောနေသူကို အပြည့်အဝ အာရုံစိုက်၍ သေချာနားထောင်နေကြောင်း ပြသခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အောက်ပါတို့မှာ ထိရောက်စွာ နားထောင်နေကြောင်း ပြသသည့် အမူအရာလက္ခဏာအချို့ ဖြစ်ပါသည်။

- ပြုံးပြခြင်းနှင့် ခေါင်းညိတ်ပြခြင်းကဲ့သို့ ကိုယ်လက် အမူအရာများ အသုံးပြုခြင်း
- ဖြေဆိုသူပြောပြနေသည့် အကြောင်းအရာကို စိတ်ဝင်စားကြောင်း ပြသရန် “ဟုတ်ပြီ/ သဘောပေါက်ပြီ၊” “ဟုတ်ကဲ့” သို့မဟုတ် “ဪ နားလည်ပြီ” စသည့် စကားစုတို့များ အသုံးပြုခြင်း
- ဖြေဆိုသူထံမှ ရှင်းလင်းချက် တောင်းခံရာတွင် ဥပမာအားဖြင့် “အဲဒီအကြောင်း ပြန်ပြောပြ ပေးလို့ရမလား။” သို့မဟုတ် “အားတော့နာပေမဲ့ ဘာကိုပြောချင်တာလဲဆိုတာ သေချာ မသိ လိုက်လို့ပါ” ဟု မေးမြန်းပြောဆိုခြင်း
- ဖြေဆိုသူ၏ ပြောစကားကို အခြားနည်းဖြင့် “ဒီလိုဆို ပြောချင်တာက...” သို့မဟုတ် “ကျွန်တော်/ကျွန်မ သဘောပေါက်တာ မမှားဘူးဆိုရင်...” ဟု စကားပြေပြန်ဆိုကာ နားလည် ကြောင်းပြသခြင်း
- ဖြေဆိုသူ အဓိကပြောသောအချက်များကို အကျဉ်းချုပ်ပြခြင်း



တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် FGDs ပြုလုပ်ရာတွင် သင့်စိတ်ထဲတွင် ဖြစ် ပေါ်လာသည့် အတိုင်း သဘာဝကျကျ တုံ့ပြန်ပြောဆိုသော စကားစုများကိုသာ အသုံးပြုသင့်ပါသည်။ ထိုအကြံပြု ဖော်ပြထားသော စကား အသုံးအနှုန်းများ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ကို ဘာသာပြန်ဆိုထားချက်များ အတိုင်း အသုံးပြုရန်မလိုအပ်ဘဲ ကိုယ်ပိုင် စကား အသုံးအနှုန်းများဖြင့် သင့်တော်သလို ပြောဆိုသင့်ပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် ဂနာမငြိမ်ဖြစ်နေသည့်ပုံပေါ်ပေါက်နေလျှင် သို့မဟုတ် လှုပ်ရှားမှုအရမ်းများလွန်း နေလျှင် (ဥပမာ - ခြေထောက်ကိုလှုပ်ခါနေခြင်း သို့မဟုတ် ဘောပင်ကိုင်ကစားနေခြင်း)၊ စကားပြော သည့်အခါ အနည်းအကျဉ်းသာ သို့မဟုတ် လိုတာထက်ပို၍ မျက်လုံးချင်းဆုံကြည့်နေလျှင်၊ သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ပြောသောစကားကို လုံးဝ တုံ့ပြန်မှုမရှိလျှင် ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သင်နားမထောင်ဘဲနေသည် ဟု ထင်မြင်ယူဆသွားနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် စကားပြောနေသူကို အလေးမထားဘဲ မှတ်စု လိုက်ရေးမှတ်ရန်သာ အာရုံစိုက်နေပါက ၎င်းတို့အတွက် စိတ်မသက်မသာ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများနှင့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ မှတ်တမ်းတင်ခြင်း

အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် ပို၍လွယ်ကူစေရန် တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများနှင့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများကို အသံဖမ်းထားရန် အကြံပြုလိုပါသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်နိုင်ရန် အသံဖမ်းယူမှုများကို အလုံအလောက် သိုလှောင် သိမ်းဆည်းထားနိုင်မည့် အသံဖမ်းစက် သို့မဟုတ် စမတ်ဖုန်းတစ်လုံး လိုအပ်ပါသည်။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးမှု ပြုလုပ်ပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဖမ်းယူထားသောအသံကို ကွန်ပျူတာ သို့မဟုတ် mega.io သို့မဟုတ် syn.com ကဲ့သို့ လုံခြုံစိတ်ချရသော အွန်လိုင်းဖိုင်တွဲထဲတွင် ချက်ချင်းကော်ပီကူးယူ သိမ်းဆည်းထားသင့်ပါသည်။ အချို့သော သုတေသီများသည် အသံဖမ်းစက်တစ်ခုခု ချို့ယွင်းမှုများ ဖြစ်ခဲ့သော် အချက်အလက်များ မပျောက်ပျက်သွားစေရန် တစ်ချိန်တည်းမှာပင် စက်နှစ်လုံးဖြင့် အသံဖမ်းယူလေ့ရှိကြပါသည်။

ဖြေဆိုသူများအား သေချာအသိပေးအကြောင်းကြား၍ ခွင့်ပြုချက်ရရှိ မှသာ အသံဖမ်းယူရပါမည် (အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ကို ကြည့်ပါ)။

မှတ်စုရေးသားခြင်း

တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများနှင့် ဦးတည်အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးမှုများကို အသံဖမ်းထားရန် အကြံပြုထားသော်လည်း မေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးမှုပြုလုပ်စဉ်အတွင်း ဖြေဆိုသူ၏ ကိုယ်ဟန်အမူအရာ မျက်နှာရိပ်ကဲ သို့မဟုတ် နောက်ဆက်တွဲ မေးမြန်းရန် လိုအပ်သောကိစ္စရပ်များကဲ့သို့ စိတ်ဝင်စားဖွယ်



ကောင်းသော သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်မှုရှိသော အကြောင်းအရာများကိုလည်း မှတ်စုရေးမှတ်ထားရပါမည်။ ထို့အပြင် မှတ်စုရေး မှတ်ထားခြင်းသည် ဖြေဆိုသူများ ပြောပြနေသည့် အကြောင်းအရာကို အာရုံစိုက် နားထောင်ရာတွင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။ မေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးပွဲများပြုလုပ်နေစဉ် လက်ဝဲတော့ဖြင့် စာလိုက်ရိုက်နေခြင်းသည် ဖြေဆိုသူများ အတွက် အာရုံ ထွေပြားစေနိုင်သဖြင့် လက်ဖြင့်သာ မှတ်စုချရေးသင့်ပါသည်။

အသုံးဝင်သောမှတ်စုများမှာ လိုရင်းတိုရှင်းနှင့် အစီအစဉ်တကျ (အကြောင်းအရာအလိုက်) ဖြစ်၍ ရရှိသော သတင်းအချက်အလက်များမှ အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သော အချက်များသာမက သတင်းအချက် အလက်ရင်းမြစ် (ဥပမာ - ၂၀၂၂ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၂၂ ရက်နေ့၊ ညနေ ၄ နာရီ ၃၀ မိနစ်၊ ဦးအောင်မြတ် နှင့်တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း) ကိုလည်း ထည့်သွင်းကာ ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် ရေးသားလေ့ရှိပါသည်။ ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးများဖြင့် မှတ်စုရေးခြင်းသည် ထိုအချက်အလက်ကို အဓိကထားလေ့လာရန်နှင့် ပို၍ နားလည်စေရန် ထောက်ကူပေးနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် ဖြေဆိုသူ ပြောကြားချက် အတိုင်း အတိအကျချရေးထားပါက မျက်တောင်အဖွင့်အပိတ်ဖြင့် သေချာမှတ်သားထားရပါမည်။

မေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးပွဲ ပြုလုပ်ပြီးသည့်နောက် ထိုအတွေ့အကြုံသည် သင်၏စိတ်ထဲပူပူ နွေးနွေးဖြစ်နေစဉ် ၎င်းနှင့်ပတ်သက်သော ထင်မြင်ချက်များ၊ အကဲခတ်မှုများ၊ စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များ၊ မေးခွန်းများ၊ သဘောထား အယူအဆများနှင့် အတွေးစိတ်ကူးများကို ချက်ချင်း ရေးချမှတ်သားထားပါ။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းသည် ဖြေဆိုသူများ ဆွေးနွေးပြောဆိုထားသည့် အချက်အလက်များကို ရွေးချယ် ဖော်ထုတ်၍ စိတ်ကူးအကြံဉာဏ်များကို ဆက်စပ် စဉ်းစားရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်နိုင်ပါသည်။

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများအတွက်

လိုအပ်သည့်အရာများပြင်ဆင်ခြင်း

အွန်လိုင်းမှတစ်ဆင့် သို့မဟုတ် စာရွက်ထဲတွင် ဖြေဆိုရသည့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများတွင် မိတ်ဆက် သည့်အပိုင်းနှင့် ရေးသားထားသော လမ်းညွှန်ချက်များကို နားလည်ရလွယ်ကူအောင် ပြုလုပ်ထားရပါ မည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဖြေဆိုသူ အယောက်စီတိုင်းနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်ပြောဆိုဆက်ဆံ၍ ယုံကြည်မှု တည်ဆောက်ခွင့် မရရှိနိုင်သောကြောင့် ဖြေဆိုသူများ ဖတ်ရှုနိုင်မည့် သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်း သတင်းလွှာ နှင့် သဘောတူညီချက်ပုံစံတို့သည် အဓိကကျပါသည် - ၎င်းတို့သည် ရှင်းလင်းတိကျ၍ စည်းစနစ်ကျရပါမည်။ အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ တွင် ဖြေဆို သူအတွက် သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်းသတင်းလွှာ နှင့် သဘောတူခွင့်ပြုချက်ပုံစံ နမူနာများကို ဖော်ပြထားပါသည်။

အကယ်၍ သင်သည် စာရွက်ပေါ်တွင်ဖြေဆိုရမည့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် ၎င်းတို့ကိုကြိုတင်၍ ပုံနှိပ်ထုတ်ထားရမည် ဖြစ်ပြီး စည်းစနစ်ကျနစွာ ပြင်ဆင်ရေးသား၍ လုံခြုံစွာထားရှိရပါမည်။ ဖြေဆိုသူများအတွက် သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်းသတင်းလွှာ နှင့် သဘောတူညီချက်ပုံစံများကို သင်လိုအပ်သည်ထက်ပို၍ မိတ္တူများများ ကူးထားရန် မမေ့ပါနှင့်။ ဆက်လက်ပြီး ထိုစစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများကို ဖြေဆိုသူများထံရောက်ရှိအောင် ဖြန့်ဝေမည့်အစီအစဉ်ကိုလည်း ပြင်ဆင်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ သုတေသနပြုလုပ်မည့် နေရာဒေသများသို့ သင်ကိုယ်တိုင်သွားရောက်မလား၊ အိမ်တိုင်ရာရောက် စာပို့ပေးသည့်ဝန်ဆောင်မှု အသုံးပြုမလား၊ သို့မဟုတ် ယုံကြည်ရသည့် မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းများ သို့မဟုတ် လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၏ အဆက်အသွယ်များကို အသုံးပြုမလား။ အလားတူပင် ကောက်ယူပြီးသည့် စစ်တမ်းများကို မည်သို့ ပြန်လည်စုစည်းမည်နည်း။

အချိန်စီမံခန့်ခွဲခြင်း

နောက်ထပ် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့်အချက်မှာ အကယ်၍ သင်သည် စာရွက်ပေါ်တွင်ဖြေဆိုရမည့် စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာများ အသုံးပြုပါက အချက်အလက်ကောက်ယူပြီးနောက် ရရှိလာသည့် အချက်အလက်များကို Microsoft Excel သို့မဟုတ် အခြားပရိုဂရမ်တစ်ခုထဲတွင် ထည့်သွင်းရန် အချိန်လိုအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ အွန်လိုင်း စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာများ အသုံးပြုပါက ပို၍လွယ်ကူလျင်မြန်စွာ ပြီးအောင် လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၀.၁

လက်တွေ့ပါဝင်ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်သောသုတေသန (Participatory Action Research) ပြုလုပ်ရာတွင် အသုံးပြုသော နည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည့် တစ်ပိုင်းစနစ်ကျသော လူတွေ့မေးမြန်းခြင်း (Semi-structured interview) အကြောင်း ရှင်းလင်း တင်ပြထားသော YouTube ဗီဒီယို Eelderink, M. (2016, February 13). *Semi-structured interviewing as a Participatory Action Research method* (<https://youtu.be/cGQz8hZQ8fU>) ကို ကြည့်ပြီး အောက်ပါ မေးခွန်းများကို ဖြေဆိုပါ -

- ၁။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် မေးမြန်းမည့်လုပ်ငန်းစဉ်ကို မည်သို့အစပြုဆောင်ရွက်သနည်း။
- ၂။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် မေးမြန်းရာတွင်အသံဖမ်းယူထားနိုင်ရန် ခွင့်ပြုချက်ကို မည်သို့ရယူသနည်း။
- ၃။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် မှတ်စုများ ရေးသားပါသလား။ သူမ မှတ်စုရေးသားခြင်းသည် ဖြေဆိုသူကို အာရုံ ထွေပြားစေပါသလား။
- ၄။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူက မည်သည့် ထိရောက်စွာနားထောင်ခြင်းဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများကို အသုံးပြုသနည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၀.၂

၁။ သင်၏ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် သာမန်ရပ်သူရွာသားတစ်ဦးအဖြစ် သင့်ကိုယ်သင်စိတ်ကူးပုံ ဖော်ကြည့်ပါ။ သုတေသီတစ်ဦးက သင်၏ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းခလေးထုံးစံများနှင့် သိထားသင့် သည့် အကဲဆတ်သောကိစ္စရပ်များ အကြောင်း မေးမြန်းရန် သူငယ်ချင်းမှတစ်ဆင့် သင့်ကို ဆက်သွယ် လာပါသည်။ ထိုသုတေသီကို သင်ဘာပြန်ပြောမည်နည်း။

၂။ ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှု

အစွဲလွယ်တာသာဝင်မဟုတ်သော လူငယ်အမျိုးသားသုတေသီတစ်ဦးသည် ၎င်း၏ လူမှုအသိုက်အဝန်း တွင် အစွဲလွယ် တာသာဝင် ကလေးသူငယ်များ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှုအခြေအနေနှင့်ပတ်သက်၍ ပေါင်းစပ်နည်းလမ်းများ ပါဝင်သော သုတေသနတစ်ခု ပြုလုပ်နေပါသည်။ သူရှာဖွေတွေ့ရှိလိုသည့် အချက်များမှာ ၁) အစွဲလွယ်တာသာဝင် ကလေး သူငယ်များ၏ ကလေးဘဝတွင် ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံတိုက်ကျွေးမှု ရာခိုင်နှုန်း မည်မျှရှိသနည်း။ ၂) လူမှု အသိုက်အဝန်းအတွင်း ဗုဒ္ဓဘာသာဝင် ကလေးသူငယ်များနှင့် နှိုင်းယှဉ်လျှင် ပျမ်းမျှအားဖြင့် အစွဲလွယ်တာသာဝင် ကလေးသူငယ် အနည်းစု သို့မဟုတ် အများစုသည် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံမှုများ လက်ခံရရှိပါသလား။ ၃) မည်သည့် အကြောင်းရင်း များကြောင့် အစွဲလွယ်တာသာဝင် မိဘဖြစ်သူများသည် ၎င်းတို့၏ ကလေးသူငယ်များကို ကာကွယ် ဆေးထိုးနှံရန် ရွေးချယ်ရခြင်း သို့မဟုတ် မရွေးချယ်ရခြင်း ဖြစ်သနည်း။

တတိယမြောက်မေးခွန်းအတွက် အဖြေရှာဖွေနိုင်ရန် သုတေသီသည် အစွဲလွယ်တာသာဝင်မိဘဖြစ် သူများနှင့် အရည်အသွေးစုံပြု မေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ်လိုပါသည်။ သုတေသနနမူနာရွေးချယ်ရာတွင် သုတေသီအနေဖြင့် အချို့သော ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ ကွာခြားချက်များကို တွေ့ရှိခဲ့ပါသည် -

- အချို့သော အစွဲလွယ်တာသာဝင် အမျိုးသမီးများသည် မရင်းနှီးသောသူစိမ်းအမျိုးသားတစ် ဦးနှင့် စကားမပြော ဆိုကြပါ။
- မေးမြန်းမှုများတွင် ပါဝင်လိုသော အမျိုးသားအများစုသည် မိသားစုကိုယ်စားပြု၍ စကား ပြောလိုကြသည်။
- ထိုဒေသတွင် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်နှင့် အစွဲလွယ်တာသာဝင်များကြား တင်းမာမှုများကြောင့် သုတေသနပြုရန် ရည်ရွယ်ထားသည့် လူဦးရေတွင် ပါဝင်သူအချို့က သုတေသီအပေါ် ယုံကြည်မှုမရှိကြပါ။

သင်၏ထင်မြင်ယူဆချက်အရ သုတေသီသည် မည်သို့ လုပ်ဆောင်နိုင်သနည်း။ သူ့အနေဖြင့် မည်သည့် ရွေးချယ်စရာများ ရှိသနည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

သင်၏အချက်အလက်ကောက်ယူရန်အတွက် လုပ်ငန်းအစီအစဉ်တစ်ရပ်ချမှတ်ရေးဆွဲပါ။
သင်အသုံးပြုမည့်အရင်းအမြစ်များ အလိုက် မည်သည်တို့ကိုဆောင်ရွက်ရမည်နည်း။

အောက်ပါဇယားကွက်ကို နမူနာပုံစံအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



	လုပ်ငန်း အစီအစဉ်များ	လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်သူ	လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ချိန်	ရှိပြီးသား အရင်း အမြစ်များ	လိုအပ်သည့် အရင်းအမြစ် များ	ချိတ်ဆက်မှု
	မည်သည်ကို ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်သနည်း။	မည်သူက ဆောင်ရွက်ရ မည်နည်း။	ဤလုပ်ငန်း အဆင့် မည် သည့် အချိန် တွင် ပြီးဆုံးရ မည်နည်း။	မည်သည့် အရင်းအမြစ် များ ရှိထားပြီး သနည်း။	မည်သည့် အရင်းအမြစ် များ လိုအပ် သနည်း။	ဤကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ မည်သူ့ကို ဆက် သွယ်ရန်/ အကြောင်းကြား ရန် လိုအပ် သနည်း။
၁						
၂						
၃						
၄						
၅						
၆						



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Dawson, C. (2002). *Practical research methods: A user-friendly guide to mastering research techniques and projects*. How To Books. <https://b-ok.africa/book/449067/0eae06>

သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- အသိပေးခွင့်ပြုချက်ရယူခြင်းနှင့် ဖြေဆိုသူများ၏ အခွင့်အရေးကို နားလည်သိမှတ်၍ ရှင်းပြနိုင်မည်။
- သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်း ပြုလုပ်နိုင်မည်။
- သင်၏ ဒစ်ဂျစ်တယ်လုံခြုံရေးတိုးတက်ကောင်းမွန်လာစေရန် ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်နိုင်မည်။



- ကျင့်ဝတ်။ လျော်ကန်သော သို့မဟုတ် မလျော်ကန်သော အပြုအမူများဆိုင်ရာ ထင်မြင်ယူဆချက်များကျင့်ဝတ်နှင့်ညီခြင်း။ ကျင့်ဝတ်အရ ကောင်းမွန်ခြင်း၊ သင့်လျော်ခြင်း၊ မှန်ကန်ခြင်း
- အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ။ အန္တရာယ်ရှိသော သို့မဟုတ် ဆိုးဝါးသော အရာတစ်ခုခု ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်း
- ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုအရ တားမြစ်ထားသောအရာ။ မသင့်လျော်သော သို့မဟုတ် ရှက်ဖွယ်ရာ ကိစ္စအဖြစ် လူ့အဖွဲ့အစည်းက သတ်မှတ်ထားသော ကြောင့် မပြောအပ် ရှောင်ကြဉ်ရသည့်အရာ
- အမည်မသိ။ အမည်မသိရခြင်း သို့မဟုတ် အမည်မဖော်လိုခြင်း
- အတွင်းရေး။ လျှို့ဝှက်ထားရန်ကိစ္စ
- ဝေဖန်အကဲဖြတ်ချက်။ တစ်စုံတစ်ရာနှင့်ပတ်သက်၍ (အပျက်သဘောဆောင်သော) ထင်မြင်ချက်များ ပေးခြင်း
- အသိပေးခြင်း။ ဗဟုသုတနှင့် သိမြင်နားလည်မှုရှိခြင်း
- သဘောတူညီချက်။ တစ်စုံတစ်ခုပြုလုပ်ရန် သဘောတူညီခြင်း - ခွင့်ပြုချက်/ သဘောတူညီချက်
- အသိပေးသဘောတူညီချက်။ သဘောတူခွင့်ပြုသည့် အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ အပြည့်အဝ နားလည်သိရှိထားခြင်း

သုတေသီတိုင်းသည် လေ့လာမှုပြုလုပ်ရာတွင် ရိုသေလေးစားမှုရှိ၍ မှန်ကန်ဖြောင့်မတ်စွာ ပြုမူဆောင်ရွက်ရပါမည်။ ယဉ်ကျေးမှုအလိုက် လိုက်နာရမည့် ကျင့်ဝတ်များအမျိုးမျိုးပြောင်းလဲသွားသော်လည်း အောက်ပါအချက်များကိုမူ မပျက်မကွက်ဆောင်ရွက်ရပါမည်။

- ၁။ သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းသည် တန်ဖိုးရှိ၍ ထိခိုက်မှုမဖြစ်စေရပါ။ အကယ်၍ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများရှိနေပါက အကျိုးကျေးဇူးများ (သုတေသနမှ အထောက်အကူပြုမှု) သည် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ (သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများကို ထိခိုက်နိုင်မှု) ထက် ပိုများနေရပါမည်။
- ၂။ လူ့အခွင့်အရေးကို အလေးထား၍ အားလုံးကိုတန်းတူညီမျှ လေးစားသမှုဖြင့် ဆက်ဆံရပါမည်။ ထိုထဲတွင် ၎င်းတို့၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆိုင်ရာလွတ်လပ်ခွင့်လည်း ပါဝင်သည်။
- ၃။ သင်၏သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း ရည်ရွယ်ချက်များမှာ အမှန်အတိုင်းဖြစ်၍ နားလည်လွယ်ပြီး ဖြေဆိုသူများထံမှ အသိပေး သဘောတူညီချက် (informed consent) ရယူရပါမည် (အောက်တွင်ကြည့်ပါ)။
- ၄။ သင်၏ သုတေသနနည်းလမ်းများနှင့် ရလဒ်များကို မှန်ကန်စွာ အစီရင်ခံတင်ပြရမည် (သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ်နှင့် တွေ့ရှိချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ မှားယွင်းစွာတင်ပြခြင်း သို့မဟုတ် လိမ်ပြောခြင်း မပြုလုပ်ရပါ)။ ထို့ပြင် သင်အသုံးပြုထားသော အရင်းအမြစ် အထောက်အထားများကိုလည်း ထည့်သွင်းဖော်ပြရမည် (ခိုးယူကူးချခြင်း မပြုလုပ်ရပါ)။

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်း

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ရာတွင် သင်၏သုတေသနပြုလုပ်ခြင်းမှ ထွက်ပေါ်လာသော ရလဒ်အနေဖြင့် ဖြေဆိုသူများ၊ စီမံကိန်း၊ သို့မဟုတ် သင်ကိုယ်တိုင် (သုတေသနပြုလုပ်သူ) အတွက် ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ထိခိုက်နစ်နာမှုများ သို့မဟုတ် အန္တရာယ်များကို စဉ်းစားသုံးသပ်ခြင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းဖြင့် သင်၏အချက်အလက်ကောက်ယူမှုအစီအစဉ်သည် အရမ်းအန္တရာယ်များနေပါက ထိုအန္တရာယ်များကို လျှော့ချနိုင်ရန် သို့မဟုတ် ပြောင်းလဲရန် ရွေးချယ်ဆုံးဖြတ်ရာတွင် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေပါသည်။



အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးအလိုက် ကျရောက်နိုင်သော အန္တရာယ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ နည်းနိုင်သမျှ နည်းစေရန် ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများကို ထည့်သွင်း စဉ်းစားထားပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားရာဒေသတွင် သုတေသနပြုလုပ်မည်ဆိုလျှင် လူငယ်အမျိုးသား ဖြေဆိုသူများသည် အမျိုးသမီးများထက် လက်နက်ကိုင် အဖွဲ့များတွင် အတင်းအကျပ် ခေါ်ယူစေခိုင်းခံရနိုင်ခြေ ပိုများပြီး အမျိုးသမီးများသည် လိင်ပိုင်းဆိုင်ရာ အကြမ်းဖက်ခံနိုင်ရခြေ ပိုများပါသည်။

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများတွင် လူမှုအသိုက်အဝန်းမှ အပျက်သဘော ဆောင်သော အယူအဆများ ကြောင့် အန္တရာယ် ကျရောက်နိုင်ခြေများ (ဥပမာ - လိင်စိတ်ခံယူမှု ကွဲပြားသူများ၏ အခွင့်အရေးနှင့် သက်ဆိုင်သော သုတေသနတွင် ပါဝင်သည့်အတွက် ပတ်ဝန်းကျင် အသိုင်းအဝိုင်းက ဖြေဆိုသူအား အရက်ရအောင် ပြုလုပ်နိုင်ခြေရှိခြင်း)၊ ဥပဒေကြောင်းအရ အန္တရာယ်ကျရောက်နိုင်ခြေများ (ဥပမာ - လူစုလူဝေးဖြင့် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးပွဲ ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် သုတေသီများနှင့် ဖြေဆိုသူများ အဖမ်းခံရ နိုင်ခြေရှိခြင်း) နှင့် ကျန်းမာရေးနှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံရေးဆိုင်ရာ အန္တရာယ် ကျရောက်နိုင်ခြေများ (ဥပမာ - ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်ခံရနိုင်ခြေရှိခြင်း သို့မဟုတ် ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားရာ နယ်မြေဒေသတွင် တိုက်ပွဲဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြေရှိခြင်း) စသည်တို့ ပါဝင်သည်။

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေအမျိုးမျိုးကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ လူအများအား သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းတွင် ပါဝင်ပေးရန် မတောင်းဆိုမီ ကျယ်ပြန့် ပြည့်စုံ၍အသေးစိတ်ကျသော အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်မှု ပြုလုပ်ရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အန္တရာယ်များကို စဉ်းစားသုံးသပ်ပြီးသည်နှင့် ၎င်းတို့ကို လျော့ချရန် လိုအပ်သောလုပ်ငန်းအဆင့်များ ဆောင်ရွက်နိုင် ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် - ကချင်ပြည်နယ်၊ ဖားကန့်ဒေသရှိ ကျောက်တူးသမားများနှင့် တွေ့ဆုံ၍ ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ်လူမှုဘဝအကြောင်း မေးမြန်းမည်ဆိုပါက ထိုဒေသတွင် တရားမဝင်ကျောက်တူးဖော် မှုများစွာ ရှိနေသောကြောင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများကို စေ့စပ်သေချာစွာ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းဖြင့် သင်၏လေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများ၏ အမည်မဖော်ဘဲထားရှိရန်နှင့် အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာသိမ်းဆည်းထားရန် ဂရုတစိုက်လုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်ကြောင်း သိနားလည်သွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ နောက်ဆက်တွဲ ၃ တွင် ဖော်ပြထားသော အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းပုံစံကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အသိပေးသဘောတူညီချက်ရယူခြင်း

သင်၏သုတေသနဖြေဆိုမည့်သူများအနေဖြင့် သုတေသနအကြောင်းအလုံးစုံသိရှိ၍ ပါဝင်ရန် သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ၎င်းတို့သည် သုတေသန အကြောင်းအရာကို ကောင်းစွာ နားလည်သိရှိ၍ ဖိအားပေးခိုင်းစေခြင်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ၎င်းတို့ဆန္ဒ အလျောက်ပါဝင်ရန် သဘောတူခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် ဖြေဆိုသူများ၏ အခွင့်အရေးဖြစ်ပါသည်။ ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် ကောင်းစွာနားလည်သိရှိ၍ သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝပေးနိုင်ရန် အောက် ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်ရပါမည်။

သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းနှင့် သုတေသနရည်ရွယ်ချက်ကို နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ ဖြေဆိုသူအတွက် သုတေသန စီမံကိန်းအကြောင်းသတင်းလွှာ (အောက်ဖော်ပြပါ) ပေး၍ဖြစ်စေ မိတ်ဆက် ရှင်းပြရပါမည်။

- အချက်အလက်ကောက်ယူသည့်ပုံစံနှင့် ကြာမြင့်ချိန်တို့ကို ရှင်းပြရပါမည်။
- သက်ဆိုင်ရာအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများနှင့် ထိုအန္တရာယ်များ လျှော့ချရန် ဆောင်ရွက်ပြီးသည့် လုပ်ငန်းများကို ပြောပြပါ။
- သုတေသနအချက်အလက်များကို အသုံးပြုခွင့်ရှိသော သူများနှင့် ၎င်းတို့အား အမည်မဖော်ဘဲထားမည် သို့မဟုတ် အမည်တပ်ဖော်ပြမည်ကို ပြောပြပါ။
- သုတေသနနှင့်ပတ်သက်၍မေးမြန်းလိုပါက ဆက်သွယ် နိုင်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၏ နာမည်နှင့် လိပ်စာ အသေးစိတ် ပေးထားပါ။
- ၎င်းတို့မပြောလိုသော အကြောင်းအရာများကို ဖြေဆိုရန် မလိုအပ်ကြောင်းနှင့် အချိန်မရွေး ရပ်တန့်ထားနိုင်ကြောင်း ပြောပြပါ။ ၎င်းသည် သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူ၏ အခွင့်အရေး တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။
- ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သုတေသနတွင် ပါဝင်လိုခြင်းရှိမရှိဆုံးဖြတ်နိုင်ရန် အချိန်အလုံ အလောက်ပေးပါ။



အကယ်၍ လေ့လာမှုတွင် ထိခိုက်လွယ်သောသူများ (ဥပမာ - ကလေးသူငယ်များ၊ အကြမ်းဖက်ခံရသူများ၊ မသန်စွမ်းသူများ သို့မဟုတ် ရောဂါအခံ ရှိသူများ) ပါဝင်နေပါက ၎င်းတို့အတွက် မလိုလားအပ်သော ထိခိုက်မှုများ မဖြစ်စေရန် အထူးဂရုစိုက်သည့်အနေဖြင့် ဝါရင့်သုတေသီများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ (ဥပမာ - ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများနှင့် ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေးဆိုင်ရာ ပညာရှင်များ၊ စိတ်ပညာရှင်များ၊ လူမှုဝန်ထမ်းများ) ထံမှ လမ်းညွှန်မှုရယူပါ။

အထက်ပါအချက်များ ဆောင်ရွက်ပြီးသည်နှင့် စိတ်ပါဝင်စားသော ဖြေဆိုသူများအား အသိပေး၍ သဘောတူညီချက်ပုံစံတွင် လက်မှတ်ရေးထိုးပေးရန် တောင်းဆိုပါ။ ထိုပုံစံတွင် ဖြေဆိုသူများ၏ နာမည်အပြည့်အစုံနှင့် ထွက်ဆိုချက်များစာရင်း (အောက်ဖော်ပြပါ နမူနာကို ကြည့်ပါ) ပါဝင်လေ့ရှိပါသည်။

အချို့သောကိစ္စရပ်များ၌ သုတေသနအကြောင်းအရာသည်အကဲဆတ်နေပါက ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သုတေသန စီမံကိန်းနှင့် ဆက်သွယ်သောစာရွက်ပေါ်တွင် ၎င်းတို့အမည်ကို မရေးသားလိုကြပါ။ ထိုသို့ အခြေအနေမျိုးတွင် ၎င်းတို့ထံမှ နှုတ်အားဖြင့် ခွင့်ပြုချက်ရယူနိုင်ပါသည် (ဖြေဆိုသူများက ပါဝင်ရန် သဘောတူကြောင်းကို စာရွက်ပေါ်တွင် ချရေးမည့် အစား သင့်ကို ပါးစပ်ကနေသာ အလွယ်တကူ ထုတ်ပြောလိုက်မည်ဖြစ်ပါသည်)။

နောက်ထပ် ထည့်သွင်းစဉ်းစားရမည့်အရာမှာ တစ်ခါတစ်ရံတွင် ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝ မပေးနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးငယ်များသည် သုတေသန အကြောင်းနှင့် သဘောတူညီချက်ပုံစံတို့ကို ကောင်းစွာ နားမလည်သော်လည်း သုတေသနတွင်ပါဝင် ရန်စိတ်ဝင်စားကြောင်း ထုတ်ဖော်ပြသနိုင်ခဲ့ခြင်း ငှင်းတို့ မိဘများ သို့မဟုတ် အုပ်ထိန်းသူများထံမှ လည်း သဘောတူညီချက် ရယူရပါမည်။

အောက်ဖော်ပြပါ ဖြေဆိုသူအတွက် သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်းသတင်းလွှာ နမူနာကို အသုံးပြု၍ သင့်ကိုယ်ပိုင် မူကြမ်းရေးဆွဲပါ။ သုတေသနစီမံကိန်း အချို့အတွက် ပို၍နည်းလမ်းတကျဖြစ်သောစာ လွှာ လိုအပ်နိုင်သော်လည်း မဖြစ်မနေပါဝင်ရမည့် သတင်းအချက် အလက်များမှာ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဖြေဆိုသူအတွက် သုတေသန စီမံကိန်းအကြောင်း သတင်းလွှာ

သုတေသနခေါင်းစဉ်။ ရခိုင်ပြည်နယ် ကျေးလက်ဒေသရှိ မူလတန်းကျောင်းများတွင် ရိုက်နှက် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို ကျင့်သုံးမှု

ကျွန်ုပ်တို့သည် ရခိုင်ပြည်နယ်၊ စစ်တွေမြို့မှ Teacher for Change ဟု ခေါ်သော ဆရာ အတတ်ပညာ သင်တန်းကျောင်း လက်ထောက် ကထိကများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ရခိုင်ပြည်နယ် ကျေးလက်ဒေသများရှိ မူလတန်းကျောင်းများတွင် ရိုက်နှက် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း (ထိုးခြင်း၊ ရိုက်ခြင်း၊ သို့မဟုတ် အခြားရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း) ကို ကျင့်သုံးမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သုတေသန စီမံကိန်းတစ်ခု ပြုလုပ်လျက်ရှိပါသည်။

ဤသုတေသနပြုလုပ်ရခြင်း ရည်ရွယ်ချက်မှာ ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ကျေးလက်ဒေသရှိ မူလတန်း ကျောင်းများတွင် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ် ပေးခြင်းကို ကျင့်သုံးခြင်း ရှိမရှိ နှင့် ကျင့်သုံးနေပါက ဆရာ၊ ဆရာမများ အနေဖြင့် ထိုသို့ ပြစ်ဒဏ်ပေးရသည့် အကြောင်းရင်းကို လေ့လာတွေ့ရှိနိုင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ သုတေသန ရလဒ်များသည် ဆရာ၊ဆရာမများ ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း ကိစ္စရပ်ကို ကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းရာတွင် အထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။ မေးမြန်းမှုများသည် မိနစ် ၃၀ မှ ၄၅ မိနစ် ခန့် ကြာမြင့်မည် ဖြစ်ပြီး မေးခွန်း ၁၀ ခု မှ ၁၅ ခုခန့် မေးမြန်းသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ရခိုင်ပြည်နယ် ကျေးလက်ဒေသမှ မူလတန်းပြ ဆရာ တစ်ဦးအနေဖြင့် ဤသုတေသနတွင် သင် ပါဝင်ဖြေဆိုပေးနိုင်ပါက အထူးပင် ကျေးဇူးတင်ရှိအပ်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်ပါဝင်ရန် သဘောတူပါက မည်သည့်မေးခွန်းမဆို ဖြေဆိုရန် ငြင်းဆန်နိုင်ခွင့် သို့မဟုတ် အကြောင်းပြချက် ပေးရန်မလိုဘဲ အင်တာဗျူးကို အချိန်မရွေး ရပ်တန့်နိုင်ခွင့်ရှိပါသည်။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုမှ ဆွေးနွေး ပြောဆိုချက်များကို သုတေသနအစီရင်ခံစာရေးသားရာတွင် အသုံးပြုမည်ဖြစ်ပြီး သတင်း အချက် အလက်အားလုံးကို လျှို့ဝှက်ထားရှိ၍ လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းထားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသုတေသနအကြောင်းပိုမိုသိရှိလိုပါက မင်းလင်း၊ ဖုန်းနံပါတ် ၀၉၇၂၂၆၆XXXX သို့မဟုတ် Signal နံပါတ် ၀၉၇၈၈၁၁XXXX သို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

ဖြေဆိုသူများအား စီမံကိန်းအကြောင်း ရှင်းပြပေးပြီးသည်နှင့် သဘောတူညီချက်ပုံစံတွင် ပြည့်စုံစွာ ဖြည့်စွက်၍ လက်မှတ် ရေးထိုးနိုင်ပါသည်။ အောက်ဖော်ပြပါပုံစံမှာ အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း သင်၏ နည်းလမ်းများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ (ဥပမာ - သင်၏ဖုန်းနံပါတ်ကို ပုံစံလွှာထဲတွင် ထည့်သွင်း လိုမည် မဟုတ်ပါ) အလိုက် သင့်တော်မှုရှိအောင် စိစစ်တည်းဖြတ်ရပါမည်။

အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံ

သုတေသနခေါင်းစဉ်

သုတေသီအမည်(များ)

ကျောင်း/အဖွဲ့အစည်းအမည်

အီးမေးလ်လိပ်စာ

ဖုန်းနံပါတ်

အောက်ပါသတင်းအချက်အလက်များကို ကျေးဇူးပြု၍ ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှုပါ။ ထို့နောက် ဤလေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ရန် သဘောတူပါက အောက်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးပါ။

	ဟုတ်ပါသည်	မဟုတ်ပါ
၁ ကျွန်ုပ်သည် ဤသုတေသန စီမံကိန်းအကြောင်း သတင်းလွှာကို ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှုပြီး၍ သုတေသန ရည်ရွယ်ချက်ကိုလည်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၂ ကျွန်ုပ်၏ပါဝင်မှုသည် ဆန္ဒအလျောက်သာဖြစ်၍ အကြောင်းပြချက်ပေးရန်မလိုဘဲ ဖြေဆိုမှုကို အချိန်မရွေးရပ်တန့်နိုင်ခွင့်ရှိကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၃ ကျွန်ုပ်သည် မေးမြန်းမှုကို မှတ်တမ်းတင်ထားရန် (အသံဖမ်းယူခြင်းဖြင့်သာ) ခွင့်ပြုပါသည်။		
၄ တွေ့ဆုံမေးမြန်းရာတွင် ကျွန်ုပ်ဖြေဆိုသောအချက်များကို စီမံကိန်းတွေ့ရှိချက်များ ရေးသားရာတွင် အသုံးပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၅ သုတေသနအစီရင်ခံစာတွင် ကျွန်ုပ်ပြောစကားများကို ကိုးကားဖော်ပြနိုင်သည်ကို နားလည်သိရှိပါသည်။		
၆ သုတေသနအစီရင်ခံစာ (ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေ၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြန့်ဝေမည့်) တွင် ကျွန်ုပ်အမည်ကို အသုံးပြုရန် သဘောတူပါသည်။		
၇ ကျွန်ုပ်၏ အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာထားရှိ၍ သုတေသီများသာ ထိုအချက်အလက်များကို အသုံးပြုခွင့်ရှိကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၈ ဤသုတေသနတွင် ပါဝင်ရန် ကျွန်ုပ်သဘောတူပါသည်။		

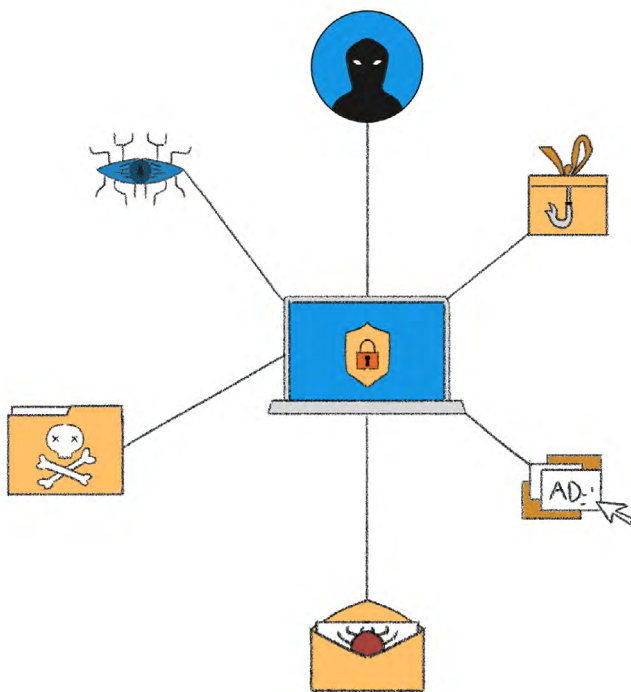
အမည်။

လက်မှတ်။

ရက်စွဲ။

၉၂

သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ



ဒစ်ဂျစ်တယ်လုံခြုံရေး

အကယ်၍ သင်၏သုတေသန အကြောင်းအရာသည် အထူးသဖြင့် နိုင်ငံရေးအရအကဲဆတ်ပါက အခြားသူများက ထိုသတင်းအချက်အလက်များကို ရယူနိုင်ခြေများနေပါသည်။ သင်၏အချက်အလက်များ၊ ဖြေဆိုသူများ၏ ပုဂ္ဂိုလ်ရေး အချက်အလက်များနှင့် အခြားအကဲဆတ်သော သတင်းအချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာသိမ်းထားနိုင်ရန်အလို့ငှာ အောက်ပါ ဒစ်ဂျစ်တယ်လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ အကြံပြုချက်များကို အလေးထား လိုက်နာဆောင်ရွက်သင့်ပါသည် -

- သင်၏စက်ကိရိယာများကို လက်ဗွေရာဖြင့် သို့မဟုတ် မျက်နှာပုံဖြင့် ဖွင့်ရလွယ်အောင် မထားဘဲ ဖွင့်ရခက်စေမည့် ခိုင်မာသော စကားဝှက်များဖြင့် ကာကွယ်ထားပါ။
- ဖြေဆိုသူများနှင့်ဆက်သွယ်ရာတွင် ဖြစ်နိုင်ပါက ဆက်သွယ်သူနှစ်ဦးနှစ်ဖက်ပဲ တွေ့မြင်နိုင်ပြီး ကြားလူဝင်ရောက် ဖတ်ရှုနိုင်ခြင်းမရှိအောင် အစအဆုံးကုဒ်ဖြင့်ပြောင်းလဲထားသော စာပို့ စာယူစနစ် (ဥပမာ - Signal) ကို အသုံးပြုပါ။ ဤနည်းလမ်းအားဖြင့် သင်၏စာများကို သင့်စက်နှင့် လက်ခံသူစက်တွင်သာ မြင်ရမည်ဖြစ်ပြီး ကြားစက်တစ်လုံးကနေ ရယူအသုံးပြုနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။
- ရိုးရိုးဖုန်းခေါ်ဆိုမှုများနှင့် စာတိုပေးပို့ခြင်းများပြုလုပ်ရန် လိုအပ်လာပါက သင်ထုတ်ဖော်ပြောသည့် သတင်းအချက်အလက်နှင့်ပတ်သက်၍ သတိထား ဆောင်ရွက်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ပါက သင်နှင့်စကားပြောနေသူအား “ငါတို့ တစ်ယောက်နဲ့တစ်ယောက် ဘယ်လိုသိကြတာလဲ”

သို့မဟုတ် “ငါတို့ဘယ်အချိန်က နောက်ဆုံးတွေ့ခဲ့တာလဲ” ကဲ့သို့သော လုံခြုံရေးဆိုင်ရာ မေးခွန်းများ မေးမြန်းကြည့်ခြင်းဖြင့် မည်သူမှန်း သေချာအောင်အတည်ပြုပါ။

- သင်၏အီးမေးလ်အကောင့်ကို (Virtru သို့မဟုတ် အခြားအက်ပ် သို့မဟုတ် လိုင်းခွဲအသုံးပြု၍) ကြားဖြတ် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ခြင်းမရှိအောင် ကုန်အဖြစ်ပြောင်းလဲ၍ ကာကွယ်ပါ သို့မဟုတ် Proton Mail အကောင့် ဖန်တီး၍ အစားထိုးအသုံးပြုပါ။ သင်၏အီးမေးလ်အကောင့်အသုံးပြု ပြီးနောက် အမြဲတမ်းသေချာပြန်ထွက်ပါ။ ထို့အပြင် သင်၏ကွန်ပျူတာထဲတွင် စကားဂုဏ် များ မမှတ်သိမ်းထားပါနှင့်။
- အကယ်၍ သင်၏သုတေသနအကြောင်းအရာသည် အကဲဆတ်ပါက ရှာဖွေစစ်ဆေးခံရလျှင် ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ရန် အချက်အလက်များကို စက်ထဲတွင်သိမ်းဆည်းမထားဘဲ sync.com သို့မဟုတ် mega.io ကဲ့သို့ လုံခြုံစိတ်ချရသော အွန်လိုင်းဖိုင်တွဲများထဲတွင် သင်၏ဒေ တာများနှင့် အကဲဆတ်သော သတင်းအချက်အလက် များကို မူပွား၍ သိမ်းဆည်းထားပါ။
- ဆိုက်ဘာလုံခြုံရေးဥပဒေဆိုင်ရာ အသိအမြင်ကြွယ်ဝအောင် ပြုလုပ်ပါ (ဥပမာ - ပါဝင်ဖြေဆို သူများနှင့် လုံခြုံစွာ ဥပဒေနှင့်အညီ ဆက်သွယ်နိုင်မည့်နည်းလမ်းများကို သိရှိအောင် လေ့လာထားပါ)။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၁.၁



အောက်ပါဖြစ်ရပ်များမှတစ်ဆင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများကို သေချာဆန်းစစ် အကဲဖြတ်၍ ပြင်ဆင်မှုများ မပြုလုပ်လျှင် ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော အကျိုးဆက်များကို သိမြင်နိုင်ပါသည်။

ဖြစ်ရပ် ၁

သင်သည် မကွေးမြို့ရှိ အလုပ်အကိုင်ဈေးကွက်တွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော အကျိုး သက်ရောက်မှုများနှင့် ပတ်သက်၍ သုတေသနပြုနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ စီမံကိန်း၊ နည်းလမ်းများကို ကြိုတင်စီစဉ်၍ ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးမှု (FGD) လမ်းညွှန်၊ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ် အကဲဖြတ်ခြင်း၊ ဖြေဆိုသူအတွက် သုတေသနစီမံကိန်း အကြောင်းသတင်းလွှာ နှင့် အသိပေး သဘောတူညီချက်ပုံစံတို့ကို ပြင်ဆင်ထားပြီး သုတေသန နမူနာကိုလည်း ရွေးချယ်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဦးတည်အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးမှုများတွင် ဖြေဆိုသူများစွာ ပါဝင်သည့်အတွက်ကြောင့် သင့်အနေဖြင့် ဆွေးနွေးပွဲကို အသံဖမ်းထားချင်ပါသည်။ ဖြေဆိုသူများသည် ဗမာလို ပြောဆိုကြပြီး ၎င်းသည်သင့် အတွက် ဒုတိယဘာသာစကား ဖြစ်နေ သောကြောင့် မှတ်စုရေးရာတွင် အတိအကျရေးမှတ်ရန် ခက်ခဲ နိုင်ပါသည်။ သင်၏ အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံတွင် အသံဖမ်းယူခွင့်ပါဝင်၍ ဖြေဆိုသူအားလုံးက လည်း သဘောတူခွင့်ပြုကြပါသည်။

ဦးတည်အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပွဲတစ်ခုပြုလုပ်စဉ် မိနစ် ၃၀ ခန့် အကြာတွင် ဖြေဆိုသူတစ်ဦးက စိတ်မတင်မကျဖြစ်လာပြီး အသံဖမ်းယူမှုကို ဖျက်ပစ်လိုပါသည်။ သင့်အနေဖြင့်လည်း ဖြေဆိုသူများအား အာရုံစိုက်နားထောင်၍ ဆွေးနွေးပွဲကိုလည်း အဆင်ပြေအောင်ပံ့ပိုးပေးနေရသောကြောင့် သင်၏မှတ်စုများ လုံလောက်ပြည့်စုံမှုမရှိမှာ စိုးရိမ်နေပါသည်။ ထို့ပြင် အသေးစိတ်အချက်အလက်များအတွက် အသံဖမ်းယူမှုကိုသာ အားထားနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အခြားဖြေဆိုသူများကမူ အသံဖမ်းယူမှုကို သိမ်းထားခွင့်ပြုပါသည်။

သင်မည်သို့ဆောင်ရွက်မည်နည်း။

ဖြစ်ရပ် ၂

သင်သည် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များ၊ နိုင်ငံရေးအင်အားစုများနှင့် အသေးစိတ်တွေ့ဆုံမေးမြန်းသည့်နည်းလမ်းကို အသုံးပြုကာ အလွန်အကဲဆတ်သော နိုင်ငံရေးကိစ္စရပ်တစ်ခုကို သုတေသနပြုနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဖြေဆိုသူ တစ်ယောက်ချင်းစီအား လျှို့ဝှက်ထားရှိမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ပြောပြရာတွင် အခြားဖြေဆိုသူ ၁၁ ယောက်ရှိပြီး ၎င်းတို့သည် သို့မဟုတ် မည်သူမျှ အခြားဖြေဆိုသူများ၏ နာမည်၊ ရာထူး သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းကို မသိရှိထားကြောင်းကို ရှင်းပြထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် အကယ်၍ ၎င်းတို့သဘောတူလျှင် ၎င်းတို့၏ ကျွမ်းကျင်မှုနယ်ပယ်ကို ရည်ညွှန်းဖော်ပြပါမည်။ ဥပမာအားဖြင့် “တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးရှိ ရပ်ရွာလူထုပိုင်သစ်တောလုပ်ငန်းကျွမ်းကျင်သူ” သို့မဟုတ် “မဟာဗျူဟာ မြောက်လက်နက်ကိုင်တိုက်ပွဲဝင် အတွေ့အကြုံရှိသူတစ်ဦး” ဟု ဖော်ပြမည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့က သဘောတူသည့်အတွက် သင်၏သုတေသန အစီရင်ခံစာတွင် ကိုးကားဖော်ပြရန်လည်း ခွင့်ပြုပေးပါသည်။

သင်၏အစီရင်ခံစာကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပြီးနောက် ဖြေဆိုသူတစ်ဦးက သင့်ထံဖုန်းခေါ်ဆိုလာပြီး အရေးပါသော နိုင်ငံရေးသမား အချို့အား စိတ်ပျက်စေသည့် သုတေသနအစီရင်ခံစာတွင် ၎င်းတို့ပါဝင်နေမှုကြောင့် နှောင့်ယှက်တိုက်ခိုက်ခံနေရကြောင်း ပြောလာပါသည်။ သင့်ဘက်က လျှို့ဝှက်ထားရှိမည်ဖြစ်ကြောင်း ကတိပေးထားပြီးမှ ၎င်းတို့ ပါဝင်နေမှုကို အခြားသူများ မည်သို့သိရှိသွားကြောင်း ဖြေဆိုသူကမေးခွန်းထုတ်နေပါသည်။

သင်မည်သို့ဆောင်ရွက်မည်နည်း။ ဖြေဆိုသူအား မည်သို့ ပြောပြမည်နည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၁.၂

သင်သည် ကချင်ပြည်နယ်၊ ဖားကန့်ဒေသရှိ (“ရေမဆေး”) ကျောက်တူးသမားများနှင့် တစ်ဦးချင်းတွေ့ဆုံကာ ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ်လူမှုဘဝအကြောင်း မေးမြန်းရန် ပြင်ဆင်နေသည်ဟု စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။

အန္တရာယ်ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြေများကို ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ရန် အောက်ပါဇယားပုံစံကို ဖြည့်စွက်ပါ။

ဖားကန့်ဒေသရှိ ကျောက်စိမ်းတူးဖော်မှုနှင့်ပတ်သက်သော နောက်ခံအကြောင်းအရာများ ပိုမိုသိရှိလိုပါက Fishbein, E., Aung Lamung & Hkun Lat. (2020, August 15). In Myanmar’s largest jade mining town, the semi-precious stone prized by Chinese costs more than money. *Pulitzer Center*. <https://pulitzercenter.org/stories/myanmars-largest-jade-mining-town-semi-precious-stone-prized-chinese-costs-more-money> ကို ဖတ်ကြည့်နိုင်ပါသည်။

က။ သုတေသီများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
က၁	သင်သည် သင်နှင့်မရင်းနှီးသော ဒေသ တစ်ခုတွင် အချက်အလက် ကောက်ယူ မည်လား။			
က၂	သင်သည် ဒေသတွင်းတည်ငြိမ်မှု မရှိသော နေရာတွင် အချက်အလက် ကောက်ယူ မည်လား။			
က၃	နိုင်ငံရေးအကဲဆတ်သော အကြောင်းအရာ နှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား။			
က၄	ယဉ်ကျေးမှုအရ ခွင့်မပြုသည့် အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား။			
က၅	တစ်ယောက်တည်း အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား သို့မဟုတ် အချက် အလက် ကောက်ယူမည့် ဒေသတွင် တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်မည်လား။			
က၆	သင်ခရီးသွားရာတွင် အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေ များ (လမ်းပိတ်ဆို့မှုများ၊ လမ်းပန်းဆက် သွယ်ရေး အခြေအနေ မကောင်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ လုံခြုံရေး) ရှိ နေပါသလား။			

က၇	သင်ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရနိုင်သည့် အခြား အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ရှိနေပါသလား။			
ခ။ ဖြေဆိုသူများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၁	သင်၏ ဖြေဆိုသူများသည် ကလေးသူငယ် များ (၁၈ နှစ်အောက်) သို့မဟုတ် အသိပေး သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝ မပေးနိုင် သူများ ဖြစ်ပါသလား။			
ခ၂	၎င်းတို့ပါဝင်ရန် သဘောမတူမီ သုတေသနအကြောင်း အပြည့်အစုံ သင် ရှင်းပြပေးမည်လား။			
ခ၃	ဖြေဆိုသူများ အမည် မဖော်ပြဘဲထားမည် လား။			
ခ၄	သင်၏ အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် အကြမ်းဖက်မှု၊ ရုပ်ပိုင်း သို့မဟုတ် စိတ် ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများ၊ မူးယစ်ဆေး သို့မဟုတ် အရက် သုံးစွဲမှု၊ ပြစ်မှုမြောက် သော လုပ်ရပ်၊ သို့မဟုတ် လိင်စိတ် တိမ်းညွတ်မှုတို့ ကဲ့သို့ အကဲဆတ်သော အကြောင်းအရာများ ပါဝင်ပါသလား။			
ခ၅	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် ဖြေဆိုသူများ၏ တရားမဝင် လုပ်ငန်းများ တွင် ပါဝင်ပတ်သက်နေမှု အကြောင်း သတင်းအချက်အလက် ပါဝင်နိုင်ပါသလား။			
ခ၆	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် ဆိုးဝါးသော အမှတ်ရစရာများအကြောင်း ပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် စဉ်းစား ရခြင်းတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသလား။			

စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၇	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် အစိုးရပိုင်း သို့မဟုတ် အခြားအဖွဲ့အစည်း များကို ဝေဖန်ချက်များ ပါဝင်နိုင်ပါသလား။			
ခ၈	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှု ကြောင့် ဖြေဆိုသူများကြား ပဋိပက္ခ ဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါသလား။			
ခ၉	အချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက်ထားရှိ မည်လား။			
ခ၁၀	အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းထားမည်လား။			
ခ၁၁	ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သင်၏ သုတေသန စီမံကိန်းတွင် ပါဝင်ခြင်း ကြောင့် ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ်ဘဝ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင်တွင် အခြားအန္တရာယ် ကျရောက်နိုင်ပါသလား။			

သင်၏စီမံကိန်း

- ၁။ နောက်ဆက်တွဲ ၃ တွင် ဖော်ပြထားသော ပုံစံကို အသုံးပြု၍ သင်၏စီမံကိန်း အတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ လေ့လာမှု စစ်တမ်းကောက်ယူပါ။
- ၂။ နောက်ဆက်တွဲ ၄ တွင် ဖော်ပြထားသော ပုံစံကို အသုံးပြု၍ အသိပေးသဘောတူ ညီချက်ပုံစံတစ်ခု ရေးဆွဲပါ။
- ၃။ သင်၏စီမံကိန်းတွင် ဖြေဆိုသူအတွက် သုတေသနစီမံကိန်းအကြောင်းသတင်းလွှာ တစ်စောင် (လိုအပ်ပါက) ရေးသားပါ။
- ၁။ သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ရှေ့ဆက်လုပ်ဆောင်ရန် အဆင်သင့်ဖြစ်ပါက နောက်ဆက်တွဲ ၅ ကို အသုံးပြုပါ။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Denscombe, M. (2010). Appendix 1: Research Ethics. In *The good research guide for small-scale social research projects (4th ed.)*. Open University Press. <https://b-ok.africa/book/1179394/d12524>

အရည်အသွေးစံပြု အချက် အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- အရည်အသွေးစံပြု အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် အမျိုးအစားများ၊ အုပ်စုခွဲများနှင့် အဓိက အကြောင်းအရာများကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်မည်။
- တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများ သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများမှ ကောက်ယူ စုဆောင်းထားသည့် အခြေခံ အရည်အသွေးစံပြု အချက်အလက်များကို စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်းတို့ လုပ်ဆောင်နိုင်မည်။



- ကူးယူရေးသားခြင်း။ အသံဖမ်းယူမှုများကို နားထောင်၍ ကြားသည့်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်းအတိအကျ ရေးချခြင်း။
- အမျိုးအစားသတ်မှတ်ခြင်း။ အချက်အလက်အစိတ်အပိုင်းများကို ခွဲခြားဖော်ထုတ်ပေးနိုင်မည့် အညွှန်းစကားလုံးများ သတ်မှတ်ခြင်း။
- ပုံစံ (အချက်အလက်စိစစ်မှု)။ အချက်အလက်များ အဖန်ဖန်ထပ်၍/သို့မဟုတ် ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ပေါ်လာခြင်းကြောင့် မြင်သာထင်ရှားလာသော အချက်အလက်များဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ သို့မဟုတ် စုဖွဲ့မှု
- အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း။ အကြောင်းအရာတစ်ခု၏ အဓိပ္ပာယ်ကို သင်ကိုယ်ပိုင်သိနားလည်သည့်အတိုင်း အသေးစိတ် ရှင်းလင်းပြခြင်း။

သင့်အနေဖြင့် အဓိပ္ပာယ်နှင့်ပြည့်စုံ၍ တန်ဖိုးရှိသောအသိပညာများပေးစွမ်းနိုင်သည့် အချက်အလက်များ ဖြစ်စေရန် အလို့ငှာ ၎င်းတို့ကို ပိုင်းခြားစိစစ်သုံးသပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ သို့မဟုတ် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးမှု မေးခွန်းများမှ ထွက်ပေါ်လာသော အဖြေပေါင်းမြောက်များစွာရှိသော်လည်း ၎င်းတို့ကို စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း၊ သိမြင် နားလည်ခြင်းနှင့် လူအများသင်ယူလေ့လာနိုင်မည့် အကြောင်းအရာများအဖြစ် တင်ပြနိုင်ခြင်းမရှိလျှင် အသုံးမဝင်ဘဲ အချဉ်းနှီးဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ဤအခန်းတွင် အခြေခံအရည်အသွေးစံပြ အချက်အလက်စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းအကြောင်း မိတ်ဆက်အနေဖြင့် လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အချက်အလက်များပြင်ဆင်ခြင်း

စိစစ်သုံးသပ်မှုမစတင်မီ **ကူးယူရေးသားခြင်း** ပြုလုပ်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းမှာ အသံဖမ်းယူမှုများကို နားထောင်၍ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှု (FGD) တို့တွင် ဖြေဆိုသူများ ပြောထားသော အကြောင်းအရာများကို လုံးစေ့ပတ်စေ့ ရေးချခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကူးယူရေးသားရာတွင် ဖမ်းယူထားသောအသံများကို နားထောင်ပြီး ကြားသည့်အတိုင်း အတိအကျ ရေးချရမည် ဖြစ်သောကြောင့် တူညီသောစကားကို အကြိမ်ကြိမ် နားထောင်ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ကူးယူရေးသားရမည့် မေးမြန်းမှုများ/ဆွေးနွေးပွဲများစွာ ရှိနေပါက ၎င်းသည် အချိန်ကြာ၍ ပင်ပန်းငြီးငွေ့ဖွယ်ရာအလုပ် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အချို့သုတေသနအဖွဲ့များသည် ကျွမ်းကျင်အတတ်ပညာရှင်များ သို့မဟုတ် စေတနာ့ဝန်ထမ်းများထံမှ အကူအညီတောင်းခံလေ့ရှိပါသည်။ သင်



ကိုယ်တိုင် ကူးယူရေးသားမည်ဆိုလျှင် အချိန် အလုံအလောက် ရှိရပါမည် သို့မဟုတ် အကူအညီရယူ မည်ဆိုလျှင် လိုအပ်သည့် ငွေကြေးအလုံအလောက် ရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သောသုတေသီများ အနေဖြင့် ဖြေဆိုသူများ မည်သည့် အကြောင်းအရာကို ပြောနေသည်ကိုသာမက ၎င်းတို့ မည်သို့ ပြောဆိုနေသည် (ဥပမာ - အသံနေအသံထား) ကိုလည်း လေ့လာ၍ အချက်အလက်များကို ခရေစတိုတွင်းကျ နားလည်သိရှိနိုင်ရန် ကိုယ်တိုင် ကူးယူရေးသားလေ့ရှိကြသည်။ အကယ်၍ တွေ့ဆုံ မေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုလိုက်ဆွေးနွေးပွဲတိုင်းကို အသံဖမ်းယူနိုင်ခြင်းမရှိပါက ထိုအခြေ အနေတွင် သင်ရေးချထားသည့်မှတ်စုများကို ပြန်လည်သုံးသပ်၍ အစီအစဉ်တကျထားရှိရပါမည်။

ကူးယူရေးသားပြီးသည့်နောက် လေ့လာစိစစ်ရမည့်စာများစွာရှိမည် ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချက် အလက်များကို ဖတ်ရလွယ်ကူမည့်နည်းလမ်းဖြင့် အစီအစဉ်တကျ စုစည်းထားနိုင်လျှင် အကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ အောက်ပါတို့မှာ အချက်အလက်များတစ်ပေါင်းတည်းဖြစ်အောင် ဇယားတစ်ခုတွင် နမူ နာအဖြစ် စုစည်းပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သို့မှသာ သုတေသီသည် မတူညီသောမေးခွန်းများအလိုက် ဖြေဆိုသူများ၏ တုံ့ပြန်ချက် အဖြေများကို တစ်ချိန်တည်းမှာ တွေ့မြင်နိုင်၍ အလွယ်တကူနှိုင်းယှဉ် ကြည့်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအခန်းတွင် ဖော်ပြထားသော ဇယားအပါအဝင် အခြားသော သာဓက များမှာ နမူနာလေ့လာနိုင်ရန်အတွက်သာဖြစ်ပြီး အမှန်တကယ် သုတေသနပြုလုပ်ထားခြင်း မရှိပါ။

ဖြေဆိုသူ က	ဖြေဆိုသူ ခ	ဖြေဆိုသူ ဂ
မေးခွန်း ၁။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်တဲ့အချိန် အသွားအလာကန့်သတ်ပြီး လော့ခ် ဒေါင်းချလိုက်တာကြောင့် ကိုယ့်ကလေး(တွေ)ရဲ့ စိတ်အခြေအနေကို ဘယ်လိုပြောင်းလဲသွားစေခဲ့လဲ။		
အစပိုင်းတုန်းကတော့ ကလေးတွေ က ပုံမှန်အတိုင်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ပဲ။ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား ပြောင်းလဲ တာမျိုး မရှိခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ၂ ပတ် လောက် လော့ခ်ဒေါင်းချပြီး အသွားအလာတွေ ကန့်သတ်လိုက် တဲ့အခါကျတော့ သူတို့တွေက အား မလိုအားမရ ဖြစ်လာပြီးတော့ ကိစ္စ သေးသေးလေးကိုတောင် ဝန်းခိုင်း ကြ ဒေါသဖြစ်လာကြတယ်။ အရင် တုန်းက အဲလို ဝန်းခိုင်းကြတာမျိုး သိပ်မဖြစ်ဖူးဘူး။	အရမ်းဆိုးရွားတာပဲ။ ဘာလို့လဲဆို တော့ ကိုယ်က သူတို့ကို သေချာ ဂရုမစိုက် ပေးနိုင်တော့ဘူး။ သူတို့ လည်း အိမ်ထဲမှာပဲ ပိတ်လှောင် ထားခံရတော့ သူတို့က မျောက်ရှုံး လောက်အောင် အရမ်းဂနာမငြိမ် ဖြစ်လာတယ်။ အငယ်ဆုံးတစ် ယောက်က နည်းနည်း တော်သေး တယ်။ ဒါပေမဲ့ သူတို့ဒေါသထွက် လွယ်လာကြတယ်။	ရက်ပိုင်းလောက် ကြာလာတော့ သားလေးက ဒေါသထွက်လွယ်လာ တယ်။ အရင်က သူ့စိတ်ခံစားချက် တွေ ကို သေချာ ကောင်းကောင်း ထိန်းနိုင်တယ်။ ဒါပေမဲ့ အလုပ်နား ပြီး သူ့ကို ပြန်ဂရုစိုက်ပေးလာနိုင် တဲ့ အခါကျတော့ သူပိုပြီး ပျော်ရွှင် လာတယ်။ ဆိုတော့ တက်ကြွ လှုပ်ရှားမှု မရှိတာက သူ့ကို စိတ် ရှုတ်စေတယ်လို့ ထင်တယ်။

မေးခွန်း ၂။ သူတို့အိပ်စက်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောင်းလဲသွားတာမျိုး ရှိခဲ့သေးလား။		
ကြီးကြီးမားမား ပြောင်းလဲတာတွေ သတိမထားမိဘူး၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့အပြင်ထွက် မဆော့နိုင်တဲ့ ရက်တွေဆို သူတို့ပင်ပန်းတာမျိုးလည်း မရှိတော့ အိပ်ရာဝင်တာနောက် ကျတယ်။ သူတို့အရင်တည်းက အဲလိုပုံစံမျိုးပဲ ထင်တယ်။	အဲလိုကြီးတော့ မရှိပါဘူး၊ မရှိဘူး။ ကျေးဇူးတင်စရာ ကောင်းတာက သူတို့ ညဘက်တွေ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်ပြီး ပုံမှန် အိပ်ချိန်အတိုင်း ဖြစ်နေလို့ တော်သေးတယ်။	နည်းနည်းတော့ ပြောင်းလဲသွားတယ် ထင်တယ်။ သူသိပ်ပြီး တက်တက်ကြွကြွ မဖြစ်တော့ပေမဲ့ နေ့လည်ဘက်တွေဆို ပိုပြီး အိပ်ငိုက်လာတယ်လို့ ထင်တယ်။
မေးခွန်း ၃။ လော့ခ်ဒေါင်းချထားတဲ့အချိန်တုန်းက ကလေးတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး အထောက်အပံ့ ဒါမှမဟုတ် အကူအညီများ ရခဲ့သေးလား။		
အင်း ကျွန်မအမျိုးသားကလည်း အိမ်ကနေပဲ အလုပ်လုပ်တော့တာဝန်တွေ ခွဲယူပြီး လုပ်ကြပါတယ်၊ ဒါပေမယ့် အဲဒါကလွဲပြီး တခြားအကူအညီတော့ မရခဲ့ပါဘူး။	ကျွန်မတို့က မိဘတွေ ဆွေမျိုးတွေနဲ့ အတူနေကြတော့ ကံကောင်းတယ်လို့ ပြောရမယ်။ ကျွန်မယောက်ျားနဲ့ ယောင်းမက အချက်အပြုတ်၊ အလျှော် အဖွတ်တွေ အများကြီး ကူလုပ် ပေးတယ်၊ ပြီးတော့ တခါတလေ ကျွန်မနဲ့ ကျွန်မအမျိုးသား အလုပ်များနေတဲ့ အချိန်ဆို ကလေးတွေနဲ့ အချိန်ဖြုန်းပေးတယ်။	မရဘူး၊ ကျွန်တော်က ကလေးကို တစ်ယောက်တည်း အုပ်ထိန်းရတော့ မိသားစုတွေလည်း အနီးအနားမှာ မရှိကြဘူး။ လော့ခ်ဒေါင်းချတာလည်း အရမ်းတင်းကျပ်ထားပြီး ကျွန်တော်တို့လည်း ကိုဗစ်ဖြစ်မှာ ကြောက်တော့ တခြားဘယ်သူ့ဆီကမှ အကူအညီ မတောင်းခဲ့ကြဘူး။ အဲဒါကြောင့် အလုပ် ခဏနားလိုက်တယ်၊ အိမ်ကနေ အလုပ်လုပ်နေရင်းနဲ့လည်း ကိုယ် တစ်ယောက်တည်းဆိုတော့ သူ့ကို သေချာ ဂရုမစိုက်ပေးနိုင်ဘူးလေ။

အကယ်၍ သင့်မှာ ထိုထက်ပို၍ ဖြေဆိုသူများနှင့် မေးခွန်းများစွာ ရှိနေပါက ဤဇယားပုံစံသည် လက်တွေ့မကျနိုင် သောကြောင့် ထိုအစား ကူးယူရေးသားချက်များကို Word စာဖိုင်ဖြင့်သာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အချက်အလက်များလျှော့ချခြင်း

အရည်အသွေးအဓိကထားသော အချက်အလက်များစိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် သင်ကောက်ယူစုဆောင်းထားသည့် အချက် အလက်များကို မူရင်းအဓိပ္ပာယ်မပျောက်ပျက်စေဘဲ စနစ်တကျ စီစဉ်ထားရှိရန်နှင့် လွယ်ကူရှင်းလင်းအောင် ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ခြင်းကို “အချက်အလက်များလျှော့ချခြင်း” ဟု တစ်ခါတစ်ရံ ခေါ်လေ့ရှိပါသည်။

အချက်အလက်များလျှော့ချခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်၏ ပထမအဆင့်တွင် ကူးယူရေးသားချက်များကို ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှု၍ အသံဖိုင် မှတ်တမ်းများ နားထောင်ပါ။ သင်၏အချက်အလက်များကို သေချာ နားလည်သိရှိအောင် ပြုလုပ်ပြီး ပထမဆုံး ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ချရေးထားပါ။ ဤအနေအထားတွင် ဖြေဆိုသူများက သင့်ကို ပြောပြခဲ့သည့် အဓိကအတွေးအမြင်များထဲမှ တချို့ကို သဘောပေါက်ပြီးဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကူးယူရေးသားချက်များကို နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်ဖတ်ကြည့်ပါ။ ဖြေဆိုသူများ ထုတ်ဖော်ပြောသည့် စကား သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာကို အမှန်တကယ် နားလည်အောင် ပြုလုပ်၍ နောက်ထပ် အတွေးအမြင်များ သို့မဟုတ် စိတ်ဝင်စားစရာအကြောင်းအရာများ ထွက်ပေါ်လာခြင်း ရှိမရှိ လေ့လာစောင့်ကြည့်ပါ။ အရည်အသွေးစံပြ အချက်အလက်များမှာ အလွန်စုံလင်လေ့ရှိသောကြောင့် (သတင်းအချက်အလက်များစွာ ပေးနိုင်သဖြင့်) နက်နက်နဲနဲ နားလည်နိုင်ရန်အတွက် ၎င်းကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဖတ်ရှုရန် သို့မဟုတ် နားထောင်ရန် လိုအပ်နိုင်ပါသည်။

ဒုတိယအဆင့်တွင် အချက်အလက်များကို အမျိုးအစားသတ်မှတ်ခြင်း (coding) ပါဝင်ပါသည်။ ဦးစွာ **အမျိုးအစားများ** (codes) ဖော်ထုတ်ပါ။ ၎င်းမှာ အခြေခံအားဖြင့် အချက်အလက်အစိတ်အပိုင်းများကို အမှတ်အသားပြုနိုင်သည့် အညွှန်းစကားလုံးများ (keywords) ဖြစ်ပါသည်။ သင့်အနေဖြင့် စကားစုများ၊ စာကြောင်းများ၊ သို့မဟုတ် စာပိုဒ်များကို အမျိုးအစားခွဲခြားနိုင်ပါသည်။ ဤနည်းလမ်းသည် အချက်အလက်များထဲမှ ဘုံတူညီသော အတွေးအမြင်များ သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာများကို ရွေးထုတ်ပေးနိုင်ပြီး စီမံခန့်ခွဲရလွယ်ကူ၍ စနစ်တကျဖြစ်သော နည်းလမ်းဖြင့် အချက်အလက်များ ကို သိရှိအောင် ပြုလုပ်ပေးနိုင်ပါသည်။ အောက်ဖော်ပြပါဥပမာတွင် တွေ့မြင်ရသည့်အတိုင်း အချို့အစိတ်အပိုင်းများ သို့မဟုတ် စာကြောင်းများ တွင် အမျိုးအစားတစ်ခုထက်ပိုပြီး ရှိနိုင်ပါသည်။

“ကိုယ်တိုင်အထီးကျန်နေပြီး အလုပ်ပြုတ်သွားတော့ တကယ့်ကို ခက်ခဲပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ကိုယ်ဦးစားပေးတဲ့ အရာတွေလည်း အမှန်တကယ် ပြောင်းလဲသွားတယ်လို့ ပြောရမယ်။ အဲဒါကတော့ သက်ရောက်မှုကြီး တစ်ခုပဲ။ ကိုယ်က ပိုက်ဆံနောက်ပဲ လိုက်နေတဲ့အချိန် နည်းသွားပြီး တခြားသူတွေကို ကူညီပေးချင်တဲ့အချိန် ပိုများလာတယ်လို့ သတိထားမိတယ်။”	အထီးကျန်ခြင်း အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်း ဦးစားပေးမှုများ ပြောင်းလဲသွားခြင်း
--	--

ထိုသို့ဆိုလျှင် အမျိုးအစားသတ်မှတ်ရမည့်အရာကို သင်မည်သို့ သိနိုင်မည်နည်း။ သင့်အနေဖြင့် စိတ်ဝင်စားဖွယ် ကောင်းသည် ထင်သော၊ သုတေသနမေးခွန်း သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်ရာ စာအုပ် စာတမ်းများနှင့် ဆက်စပ်မှုရှိသော သို့မဟုတ် အံ့အားသင့်ဖွယ် ဖြစ်သော သို့မဟုတ် မမျှော်လင့်ထားသော အရာတိုင်းကို အမျိုးအစား သတ်မှတ်သင့်ပါသည်။ ထို့ပြင် ဖြေဆိုသူများက ထပ်တလဲလဲ အသုံးပြုသော စကားလုံးများနှင့် အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ပေါ်လာသော ထင်မြင်ချက်များ သို့မဟုတ် သဘောထားများကို သတိထား ရှာကြည့်ပါ။ ဖြေဆိုသူများ၏ စကားလုံး ရွေးချယ်မှုများမှာလည်း စိတ်ဝင်စားဖွယ် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အမျိုးသမီးများအပေါ် ထားရှိသော လက်နက်ကိုင် အဖွဲ့တစ်ဖွဲ့၏ သဘောထားအမြင်နှင့် ပတ်သက်၍ သုတေသန ပြုလုပ်ပါက အမျိုးသမီးများကို ဖော်ပြရာတွင် “ကြံ့ကြံ့ခံသော၊”

“စိတ်လှုပ်ရှားထိခိုက်လွယ်သော၊” “အားနည်းသော” အစရှိသဖြင့် အသုံးပြုသည့် စကားလုံးအမျိုးမျိုးကို အမျိုးအစားသတ်မှတ်နိုင်ပါသည်။ ရရှိလာမည့် အမျိုးအစား အရေအတွက်မှာ ၁) သင့်မှာရှိသော အချက်အလက်ပမာဏ၊ ၂) အချက်အလက်စုံလင်မှု အတိုင်းအတာနှင့် ၃) သုတေသန အကြောင်းအရာ ကျယ်ပြန့်မှု သို့မဟုတ် ကျဉ်းမြောင်းမှုတို့ အပေါ် မူတည်နေပါသည်။ အချို့လေ့လာမှုများတွင် အမျိုးအစားရာနှင့်ချီ၍ ရှိပြီး အချို့မှာ ဆယ်ဂဏန်းသာ ရှိပါသည်။



အကယ်၍ အဖွဲ့လိုက် ဆောင်ရွက်ခြင်း ဖြစ်ပါက သင်ခွဲခြားသတ်မှတ်ထားသည့် အမျိုးအစားများ၊ ၎င်းတို့၏ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်များနှင့် ဥပမာများစာရင်းကို သိမ်းထားသင့်ပါသည်။ သို့မှသာ သင့်အဖွဲ့က ထိုအမျိုးအစားများ၏ အဓိပ္ပာယ် ဖွင့်ဆိုချက်များ အတိုင်း ထပ်တူ လိုက်ပါ ဆောင်ရွက်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဝါနသေးသော သုတေသီအများစုသည် ၎င်းတို့၏ အချက်အလက်များကို လက်ရေးဖြင့် အမျိုးအစားခွဲလေ့ရှိပါသည်။

မေးမြန်းသူ။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်တဲ့အချိန် အသွားအလာ ကန့်သတ်ပြီး လော့ဒ်ဒေါင်းချလိုက်တာကြောင့် ကိုယ့်ကလေး(တွေ)ရဲ့ စိတ်အခြေအနေကို ဘယ်လိုပြောင်းလဲသွားစေခဲ့လဲ။	
ဖြေဆိုသူ က။ အစပိုင်းတုန်းကတော့ ကလေးတွေက ပုံမှန်အတိုင်း ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ပဲ။ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား ပြောင်းလဲတာမျိုး မရှိခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ၂ ပတ်လောက် လော့ဒ်ဒေါင်းချပြီး အသွားအလာတွေ ကန့်သတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ သူတို့တွေက အားမလိုအားမရဖြစ်လာပြီးတော့ ကိစ္စသေးသေးလေးကိုတောင် ဝန်းဒိုင်းကြဲဒေါသဖြစ်လာကြတယ်။ အရင်တုန်းက အဲလို ဝန်းဒိုင်းကြဲတာမျိုး သိပ်မဖြစ်ဖူးဘူး။	စိတ်အခြေအနေ ပြောင်းလဲအားမလို အားမရဖြစ် (ကလေးတွေ) ဝန်းဒိုင်းကြဲ
မေးမြန်းသူ။ ကြည့်ရတာမလွယ်တဲ့ပုံပဲ။ သူတို့ဒီလိုဝန်းဒိုင်းကြဲပြီး ဒေါသတွေထွက်လာတာ ဘာကြောင့်ဖြစ်တယ်လို့ ထင်လဲ။	
ဖြေဆိုသူ က။ ပုံမှန်လုပ်နေကျအရာတွေကို လုပ်လို့မရတော့လို့ထင်တယ်... ကျောင်းသွားတာတို့၊ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ တွေ့တာတို့၊ တခြားကလေးတွေနဲ့ လှုပ်ရှားဆော့ကစားတာမျိုးတွေပေါ့ အဲလိုယူဆတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်တယ်လေ... သူတို့က ကျွန်မတို့ရဲ့အင်အားတွေပေါ် မှီခိုပြီးနေရတာကြောင့်လည်းဖြစ်နိုင်တယ်။ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မတို့လည်း ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေရတယ်လေ။	တခြားကလေးတွေနဲ့ ဆော့ကစားတာတွေကို သတိရ ဝန်းကန်လှုပ်ရှားရ(မိဘများ)
မေးမြန်းသူ။ အစ်မနဲ့ အစ်မအမျိုးသားလား။	
ဖြေဆိုသူ က။ ဟုတ်ပါတယ်။	
မေးမြန်းသူ။ သူတို့အိပ်စက်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောင်းလဲသွားတာမျိုး ရှိခဲ့သေးလား။	

ဖြေဆိုသူ က။ ကြီးကြီးမားမား ပြောင်းလဲတာတွေ သတိမထားမိဘူး၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့ အပြင်ထွက် မဆော့နိုင်တဲ့ရက်တွေဆို သူတို့ပင်ပန်းတာမျိုးလည်း မရှိတော့ အိပ်ရာဝင်တာ နောက်ကျတယ်။ သူတို့အရင်တည်းက အဲလိုပုံစံမျိုးပဲ ထင်တယ်။	အိပ်စက်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုမရှိ
--	--

မေးမြန်းသူ။ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်တဲ့အချိန် အသွားအလာ ကန့်သတ်ပြီး လော့ခ်ဒေါင်းချလိုက်တာကြောင့် ကိုယ့်ကလေး(တွေ)ရဲ့ စိတ်အခြေ အနေကို ဘယ်လိုပြောင်းလဲသွားစေခဲ့လဲ။ ဖြေဆိုသူ က။ အစပိုင်းတုန်းကတော့ ကလေးတွေက ပုံမှန်အတိုင်း ပျော်ပျော်ရွှင် ရွှင်ပဲ၊ ဘာမှ ထူးထူးခြားခြား ပြောင်းလဲတာမျိုး မရှိခဲ့ဘူး။ ဒါပေမဲ့ ၂ ပတ်လောက် လော့ခ်ဒေါင်းချပြီး အသွားအလာတွေ ကန့်သတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ သူတို့တွေ က အားမလိုအားမရဖြစ်လာပြီးတော့ ကိစ္စသေးသေးလေးကိုတောင် ဝုန်းဒိုင်းကြ ဒေါသဖြစ်လာကြတယ်။ အရင်တုန်းက အဲလို ဝုန်းဒိုင်းကြတာမျိုး သိပ်မဖြစ်ဖူးဘူး။ မေးမြန်းသူ။ ကြည့်ရတာမလွယ်တဲ့ပုံပဲ။ သူတို့ဒီလိုဝုန်းဒိုင်းကြပြီး ဒေါသတွေထွက် လာတာ ဘာကြောင့်ဖြစ်တယ်လို့ ထင်လဲ။ ဖြေဆိုသူ က။ ပုံမှန်လုပ်နေကျအရာတွေကို လုပ်လို့မရတော့လို့ထင်တယ်... ကျောင်းသွားတာတို့၊ သူငယ်ချင်းတွေနဲ့ တွေ့တာတို့၊ တခြားကလေးတွေနဲ့ လှုပ်ရှား ဆော့ကစားတာမျိုးတွေပေါ့ အဲလိုယူဆတာပဲ။ ဒါပေမဲ့ အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်တယ်လေ ... သူတို့က ကျွန်မတို့ရဲ့အင်အားတွေပေါ် မှီခိုပြီးနေရတာကြောင့်လည်းဖြစ်နိုင် တယ်၊ ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မတို့လည်း ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေရတယ်လေ။ မေးမြန်းသူ။ အစ်မနဲ့ အစ်မအမျိုးသားလား။ ဖြေဆိုသူ က။ ဟုတ်ပါတယ်။ မေးမြန်းသူ။ သူတို့အိပ်စက်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြောင်းလဲသွားတာမျိုး ရှိခဲ့သေး လား။ ဖြေဆိုသူ က။ ကြီးကြီးမားမား ပြောင်းလဲတာတွေ သတိမထားမိဘူး၊ ဒါပေမဲ့ သူတို့ အပြင်ထွက် မဆော့နိုင်တဲ့ရက်တွေဆို သူတို့ပင်ပန်းတာမျိုးလည်း မရှိတော့ အိပ်ရာဝင်တာ နောက်ကျတယ်။ သူတို့အရင်တည်းက အဲလိုပုံစံမျိုးပဲ ထင်တယ်။	စိတ်အခြေအနေ ပြောင်းလဲ အားမလို အားမရဖြစ် (ကလေးတွေ) ဝုန်းဒိုင်းကြ တခြားကလေးတွေနဲ့ ဆော့ ကစားတာတွေကို သတိရ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားရ(မိဘများ) အိပ်စက်မှုအပေါ် သက်ရောက်မှုမရှိ
---	---

သို့မဟုတ် နောက်ပိုင်းလုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်များအတွက် Microsoft Word တွင်ပါဝင်သော အလွယ်တကူ စာကူးခြင်းနှင့် စာကပ်ခြင်း (copy & paste) တို့ပြုလုပ်နိုင်သည့် ဇယားကွက်များ (table) သို့မဟုတ် မှတ်ချက်ပြုနိုင်သည့် (comments) လုပ်ဆောင်ချက်များ ကို အသုံးပြုကြပါသည်။

တတိယအဆင့်တွင် ခွဲခြားဖော်ထုတ်ထားသည့် အမျိုးအစားများကို အုပ်စုခွဲများ (categories) အဖြစ် စုဖွဲ့ရပါမည်။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်ရန် ဦးဆုံးအနေဖြင့် ထို အမျိုးအစားများကို စနစ်တကျဖြစ်အောင် ရှင်းလင်းရပါမည် - ကူးယူရေးသားချက်များမှ ဖော်ထုတ်ထားသော အမျိုးအစားများကို လှန်လှောကြည့်ရှု စစ်ဆေးပြီး ဆိုလိုရင်းအကြောင်းအရာ အတော်လေးတူညီသော်လည်း ကွဲပြားစွာခေါ်ဝေါ်သည့် အသုံးအနှုန်းများကို ရှာဖွေပါ။ ဥပမာအားဖြင့် “ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း” နှင့် “လေ့ခံဒေါင်းချလိုက်တာ အခက်အခဲဖြစ်စေတယ်” ကဲ့သို့ စကားစုများကို အမျိုးအစားတစ်ခု အဖြစ် ထည့်သွင်းသတ်မှတ်နိုင်ပြီး “ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း” ဟူသော ခေါင်းစဉ်အောက်တွင် ၎င်းတို့ကို စုစည်းထား နိုင်ပါသည်။

ထို့နောက် တစ်ခုနှင့်တစ်ခုဆက်စပ်နေသည့် အမျိုးအစား အမျိုးမျိုးကို တစ်စုတည်းဖွဲ့၍ ဤနည်းလမ်းအားဖြင့် အုပ်စုခွဲများ ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ပါ။ ဥပမာအားဖြင့် “ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်း” နှင့် “အထီးကျန်မှု” (မိဘများကိုရည်ညွှန်းသည့်အခါ) နှစ်ခုလုံးသည် မိဘများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် သက်ဆိုင်နေသောကြောင့် ထိုအမျိုးအစားနှစ်ခုကို တစ်စုတည်းပေါင်း၍ (အခြားအမျိုးအစားများနှင့်အတူ - အောက်ပါဇယားကို ကြည့်ပါ) အုပ်စုခွဲတစ်ခုအဖြစ် အမည်သတ်မှတ်ပေးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ အချို့သော အမျိုးအစားများမှာ အခြားမည်သည့် အမျိုးအစားနှင့်မျှ မသက်ဆိုင်နေသောကြောင့် သို့မဟုတ် သင်၏ သုတေသနနှင့် မဆီလျော်သောကြောင့် သတ်မှတ်ထားသည့် အမျိုးအစားတိုင်းသည် အုပ်စုခွဲတစ်ခုတွင် ပါဝင်သွားမည်မဟုတ်ပါ။

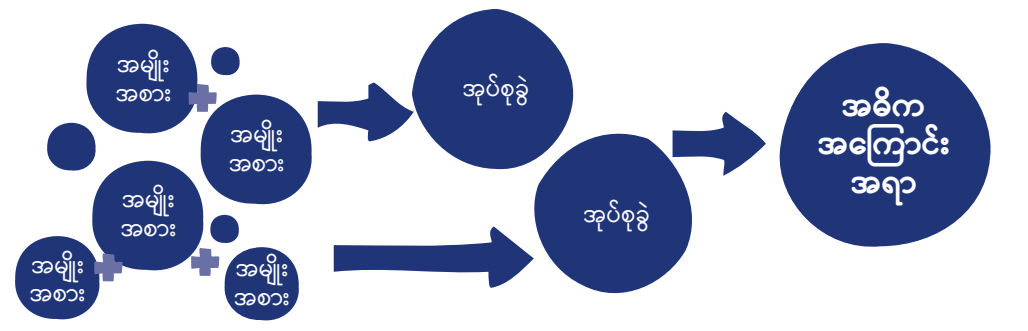
အမျိုးအစားတစ်ခုချင်းစီ ပေါ်ထွက်လာသော အကြိမ်အရေအတွက်ကို ရေတွက်ထားခြင်းဖြင့် အကြောင်းအရာတစ်ခုသည် အကြိမ်ရေ မည်မျှဖော်ပြခံရကြောင်းနှင့် ထိုတွေ့ရှိချက်သည် မည်မျှအရေးပါကြောင်းကို လည်း တွေ့မြင်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ အောက်ပါဇယားသည် ကိုဗစ်-၁၉ရောဂါ ပထမလှိုင်းအတွင်း အသွားအလာ ကန့်သတ်၍ လေ့ခံဒေါင်းချထားခြင်းကြောင့် မိသားစုများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ လေ့လာမှုမှ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အမျိုးအစားများနှင့် အုပ်စုခွဲများကို နမူနာဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အမျိုးအစားများ	အုပ်စုခွဲများ
ပိုက်ဆံချွေတာသုံး (၂)	ငွေကြေးချွေတာစုဆောင်းခြင်း
အပျော်အပါးအတွက်ငွေသုံးစွဲမှုနည်း (၁)	
ဆိုင်မှာမစား (၁)	
ရေဖိုး၊ မီတာခတိုးလာ (၂)	ငွေရေးကြေးရေးအခက်အခဲဖိစီးမှု
စီးပွားရေးလုပ်ငန်းနည်းပါးလာ (၄)	
အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ် (၃)	
ကျောင်းလခအပြည့်ပေးနေရဆဲ (၁)	

အမျိုးအစားများ	အုပ်စုခွဲများ
အားမလိုအားမရဖြစ် (၃)	ကလေးငယ်များ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး အခြေအနေ
ဝုန်းခိုင်းကြဲခြင်းများ (၂)	
စိတ်အခြေအနေပြောင်း (၁)	
အလွယ်တကူဒေါသဖြစ် (၂)	
အဆိုးဆုံးအခြေအနေများမှ နာလန်ပြန်ထူလာဖို့အချိန်ကြာခြင်း (၁)	
အိပ်စက်မှုအပေါ်သက်ရောက်ခြင်းမရှိ (၃)	
တခြားကလေးများနှင့် ဆော့ကစားရတာတွေသတိရ (၂)	
အိပ်ပျော်ဖို့ခက် (၂)	မိဘများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး အခြေအနေ
စိတ်တည်ငြိမ်အောင်လေ့ကျင့် (၃)	
အထီးကျန်မှု (၅)	
စိတ်ဖိစီးမှုနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှု (၇)	
ပူဆွေးမှု သောက (၃)	
ရုန်းကန်လှုပ်ရှားနေရ (၃)	
ကလေးကိုတစ်ယောက်တည်းအုပ်ထိန်းနေရသည့်မိဘ (၂)	အကူအညီမရရှိခြင်း
အစိုးရထံမှအထောက်အပံ့မရ (၁)	
ကလေးသူငယ်စောင့်ရှောက်ရေးမရှိ (၅)	
ကိုယ့်စိုးရိမ်ပူပန်မှုတွေနဲ့ကိုယ် မိသားစုကိစ္စတွေနဲ့ မအားလပ်သော သူငယ်ချင်းများ (၁)	

စတုတ္ထမြောက်အဆင့်တွင် ရှေ့မှာဆောင်ရွက်ခဲ့သောလုပ်ငန်း အဆင့်နှင့်အလားတူပင် အမျိုးအစားများကြား ဆက်စပ်မှုကို ရှာဖွေရပါမည်။ ဤသို့အားဖြင့် **အဓိကအကြောင်းအရာများ** (themes) ကို တွေ့ရှိလာမည် ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါဥပမာအရ “စိတ်ကျန်းမာရေး” သည် “ကလေးငယ်များ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး” နှင့် “မိဘများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေး” အုပ်စုခွဲများကို ပေါင်းစပ်ခြင်းဖြင့် ရရှိလာသော အဓိကအကြောင်းအရာတစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ “စီးပွားရေးရာ သက်ရောက်မှုများ” သည် အုပ်စုခွဲနှစ်ခု ဖြစ်သော “ငွေကြေးချွေတာစုဆောင်းခြင်း” နှင့် “ငွေရေးကြေးရေးအခက်အခဲ ဖိစီးမှု” တို့ကို တစ်ခုနှင့်တစ်ခုဆက်စပ်ခြင်းဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော နောက်ထပ် အဓိက အကြောင်းအရာတစ်ခု ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အဓိကအကြောင်းအရာများကြား ဆက်နွှယ်မှုကိုလည်း တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အပျက်သဘော စီးပွားရေးသက်ရောက်မှုများကြောင့် မိဘများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးကို ပို၍ဆိုးရွားလာစေကြောင်း သိရှိနိုင်ပါသည်။ ရှိသင့်သည့် အဓိကအကြောင်းအရာအရေအတွက်နှင့်ပတ်သက်၍ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းများ မသတ်မှတ်ထားသော်လည်း ရပ်ရွာလူထုအခြေပြုစီမံကိန်းအသေးစားများတွင် အဓိကအကြောင်းအရာ လေးခုမှ ရှစ်ခုအထိ ရှိနိုင်ပါသည်။

အောက်ပါပုံသည် အမျိုးအစားသတ်မှတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်တွင်ပါဝင်သော အမျိုးအစားများဖော်ထုတ်ခြင်း၊ ၎င်းတို့ကို အုပ်စုခွဲများအဖြစ် စုဖွဲ့ခြင်းနှင့် ထိုမှတစ်ဆင့် အဓိကအကြောင်းအရာများအဖြစ် စုဖွဲ့ခြင်းတို့ကို ရုပ်ပုံကားချပ်ဖြင့် ရှင်းပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ -



အချက်အလက်များတင်ပြခြင်း

အချက်အလက်များတင်ပြခြင်းသည် အချို့သောအချက်အလက်များကို ဇယားကွက်၊ ဂရပ်၊ ပုံစံကားချပ် သို့မဟုတ် သတင်းအချက်အလက်ရုပ်ပုံကားချပ်များကဲ့သို့ မြင်သာသောပုံစံဖြင့် သရုပ်ဖော်တင်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်ရန် အမြဲမလိုအပ်သော်လည်း ၎င်းသည် သင်၏တွေ့ရှိချက်များအသိပေးတင်ဆက်မှုကို ကြားနာသူများ သို့မဟုတ် ရေးသားထားသော အစီရင်ခံစာကို ဖတ်ရှုသူများ နားလည်ရလွယ်စေရန် အထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အချက်အလက်များထဲမှ ယခင်က သတိမထားမိခဲ့သောပုံစံများကိုလည်း တွေ့မြင်လာစေပါသည်။

အောက်ပါတို့မှာ အချက်အလက်တင်ပြခြင်းဆိုင်ရာ နမူနာအချို့ဖြစ်ပါသည်။

ဇယား ၁။ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့်သက်ဆိုင်သော အုပ်စုခွဲများနှင့် ကိုးကားချက်များ

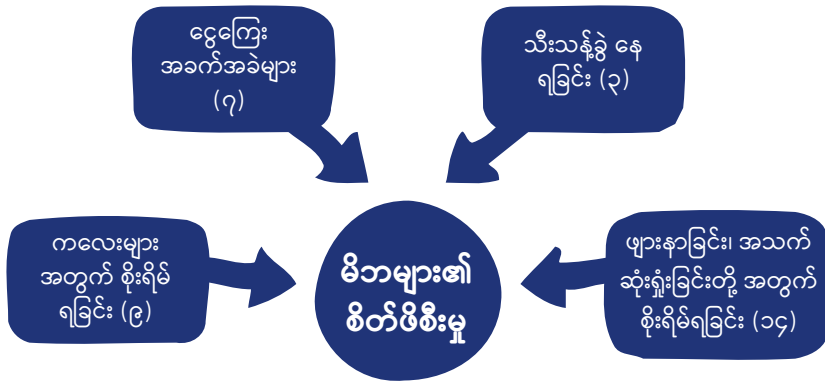
အဓိကအကြောင်းအရာများ	အုပ်စုခွဲများ	သာဓက အကိုးအကားများ
၁။ စိတ်ကျန်းမာရေး		“လူတိုင်းရဲ့ စိတ်ကျန်းမာရေးက ဘယ်လိုဖြစ်ဖြစ် နည်းနည်းလေးတော့ ထိခိုက်ခံစားရမှာပဲ။ ပြီးတော့လည်း အခုဆို အဲဒီအကြောင်းကို ပိုပြီး ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောလာကြပြီ။”

အဓိကအကြောင်းအရာများ	အုပ်စုခွဲများ	သာကေ အကိုးအကားများ
	၁.၁။ ကလေးငယ်များ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးအပေါ်သက်ရောက်မှုများ	“[...] ၂ ပတ်လောက် လော့ခ်ဒေါင်းချပြီး အသွားအလာတွေ ကန့်သတ်လိုက်တဲ့အခါကျတော့ သူတို့တွေက အားမလိုအားမရဖြစ်လာပြီးတော့ ကိစ္စသေးသေးလေးကိုတောင် ဝုန်းဒိုင်းကြဲ ဒေါသဖြစ်လာကြတယ်။ အရင်တုန်းက အဲလို ဝုန်းဒိုင်းကြဲတာမျိုး သိပ်မဖြစ်ဖူးဘူး။”
	၁.၂။ မိဘများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးအပေါ် သက်ရောက်မှုများ	“ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် တစ်ချိန်လုံး ဖိစီးနေတယ်လို့ ခံစားခဲ့ရတယ်။ ပုခုံးတွေ မေးရိုးတွေရော အရမ်းတောင့်တင်းနေတာတွေ ဖြစ်တယ်။ ပြီးတော့ ညဘက်အိပ်မပျော်တာဖြစ်လာတယ်။ စိတ်ဖိစီးမှုတွေနဲ့ စိုးရိမ်စိတ်တွေကြောင့် အိပ်လို့မရခဲ့ဘူး။”

ဇယား ၂။ မိဘများကြား စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်ရသည့်အကြောင်းရင်းများ

ကလေးများအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း	ငွေကြေးအခက်အခဲများ	လူအများနှင့်မရောနှောဘဲ သီးသန့်ခွဲနေရခြင်း	ဖျားနာခြင်း သို့မဟုတ် အသက်ဆုံးရှုံးခြင်းများအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း
ကလေးများ၏ ပညာရေးအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း (၂)	အလုပ်လက်မဲ့ဖြစ်ခြင်း(၃)	အပြန်အလှန် လူမှုပေါင်းသင်း ဆက်ဆံရေးများ သတိရ အောက်မေ့ခြင်း (၃)	သက်ကြီးမိဘများအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း (၅)
ကလေးများ၏ လူမှုဘဝဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း (၃)	စီးပွားရေးလုပ်ငန်းနည်းပါးခြင်း (၄)		၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ဖျားနာမည်ကို စိုးရိမ်ခြင်း (၇)
ကလေးများ၏ စိတ်ကျန်းမာရေးအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း (၄)			ကိုယ်ခံအားနည်းသောသူများ အတွက် စိုးရိမ်ခြင်း (၂)

ပုံ ၁။ မိဘများကြား စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်ရသည့်အကြောင်းရင်းများ



တွေ့ရှိချက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း

အဓိကတွေ့ရှိချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြီးသည်နှင့် ထိုတွေ့ရှိချက်များ ၏ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကို နားလည်စေရန် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရာတွင် (သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးတင်ပြရာတွင်) အောက်ပါမေးခွန်းများသည် ထောက်ကူပေးနိုင်ပါသည်။ -

- ကျွန်ုပ်၏တွေ့ရှိချက်များမှ သုတေသနမေးခွန်းအတွက် အဖြေထွက်ပေါ်လာပါသလား။ ထွက်ပေါ်လာပါက မည်သို့ဖြစ်သနည်း။
- ကျွန်ုပ်၏သုတေသနမှ အရေးပါသောတွေ့ရှိချက်များမှာ အဘယ်နည်းနှင့် အဘယ်ကြောင့် ၎င်းတို့သည် အရေးပါ သနည်း။
- ကျွန်ုပ်၏တွေ့ရှိချက်များထဲမှ တစ်ခုခုသည် ကျွန်ုပ်အတွက် အံ့အားသင့်စရာဖြစ်စေပါသလား။ အဘယ်ကြောင့် ဖြစ်စေသနည်း/အဘယ်ကြောင့် မဖြစ်စေသနည်း။
- မည်သည့် အစောပိုင်းစာတမ်းများ (ရှိပါက) သည် ကျွန်ုပ်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် ဆီလျော်မှုရှိ သနည်း။ ကျွန်ုပ်၏ တွေ့ရှိချက်များသည် ယခင်ကလေ့လာမှုများမှ သုံးသပ်ချက်ရလဒ်များ ကို ထောက်ခံပါသလား သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်ပါသလား။
- ကျွန်ုပ်၏ တွေ့ရှိချက်များကို ရပ်ရွာအဆင့် သို့မဟုတ် အခြားအနေအထားများတွင် လက်တွေ့ သို့မဟုတ် မူဝါဒရေးရာပိုင်း၌ မည်သို့အသုံးပြုနိုင်သနည်း။

ဥပမာအားဖြင့် ဤအခန်းတွင် နမူနာဖော်ပြထားသည့် လေ့လာမှုမှ အဓိကတွေ့ရှိချက်တစ်ခုမှာ မိဘများသည် ၎င်းတို့၏ ကလေးသူငယ်များ ကျောင်းပျက်ခြင်းကို ၎င်းတို့၏ ကျန်းမာရေးထက်ပိုပြီး စိုးရိမ်နေခြင်းသည် သားသမီးများ၏ ပညာရေးအပေါ် မိဘများက အလွန်အလေးအနက် ထားကြောင်း ပြသနေပါသည်။ ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း ထုတ်ပြန်သော သတင်းများနှင့် လေ့လာမှုများတွင်

လူအများသည် ၎င်းတို့ (နှင့် အခြားသူများ၏) ကျန်းမာရေးကို ပညာရေးထက် ပိုစိုးရိမ်နေကြောင်းကို သာ အသားပေး ဖော်ပြထားသော ကြောင့် သုတေသီတစ်ဦးဖြစ်သည့် သင့်အတွက် ဤတွေ့ရှိချက်မှာ အံ့အားသင့်စရာဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ ထို့နောက် ဤတွေ့ရှိချက်နှင့် ရွယ်တူအပေါင်းအသင်းများနှင့် အပြန်အလှန်ထိတွေ့မှုမရှိခြင်းကြောင့် ကလေးသူငယ်များ၏ စိတ်အခြေအနေကို ထိခိုက်ကြောင်း တွေ့ရှိချက်တို့မှတစ်ဆင့် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ အမြန်ဆုံးကျောင်းပြန်တက်နိုင်ရန် အကြံပြုတင်ပြနိုင် ပါသည်။ ၎င်းမှာ သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို လက်တွေ့ဘဝပြဿနာရပ်များ ဖြေရှင်းရာတွင် အသုံးပြု နိုင်သည့် နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၁

- သင်ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ဘာသာစကားဖြင့် ဗီဒီယိုမှတ်တမ်းတိုတစ်ခု (အများဆုံး ၁၀ မိနစ် ခန့်) ကို နားထောင်ကြည့်ပါ။
- အသံကို သေချာဂရုတစိုက်နားထောင်၍ လိုအပ်ပါက အသံခဏရပ်ထားပြီး ကူးယူရေးသား ကြည့်ပါ။ ဗီဒီယိုကြာချိန်နှင့် ၎င်းကို ကူးယူရေးသားရန်ကြာချိန်တို့ကို မှတ်သားထားပါ။
- သင်၏တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများနှင့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ (လိုအပ်ချက်ပေါ်မူတည်၍) ကူးယူရေးသားရန် လိုအပ်သည့်အချိန်ကို သိရှိစေရန် ဤလေ့ကျင့်ခန်းကို အသုံးပြုပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၂

အောက်ပါကူးယူရေးသားမှု Eelderink, M. (2016, 13 February). *Semi-structured interviewing as a Participatory Action Research method*. [Video]. YouTube. <https://youtu.be/cGQz8hZQ8fU> မှ ကောက်နုတ်ချက်ကို ဖတ်ရှုလေ့လာ၍ သင့်အတွက် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းသော၊ အရေးကြီးသော၊ သို့မဟုတ် မမျှော်လင့်ထားသော သတင်းအချက်အလက်များကို ဝိုင်းထားပြီး ထို သတင်းအချက်အလက်ကို ဖော်ပြနိုင်မည့် အမျိုးအစားများကို စဉ်းစားကြည့်ပါ။ ထို့နောက် ညာဘက်စာ တိုင်တွင် အမျိုးအစားများကို ရေးချထားပါ။

မေးမြန်းသူ။ အိပ်ရာထတဲ့ အချိန်ကနေ အိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်ထိ ကိုယ့်ရဲ့ ပုံမှန်နေ့စဉ်ဘဝ တနေ့တာကို ဘယ်လိုဖြတ်သန်းနေလဲ။

ကျက်စတင်း။ ပြောရမယ်ဆိုရင် ကျွန်မနာမည်က ဂျက်စတင်း၊ ပြီးတော့ ကျွန်မ နေ့တိုင်း အသီးအနှံတွေ ရောင်းပါတယ်။ ဆိုတော့ မနက်ဆို ကျွန်မ ၅ နာရီမှာ အိပ်ရာထတယ်။ ဆုတောင်းတယ်ပေါ့။ ပြီးတာနဲ့ အဝတ်အစားလဲ။ ရောင်းမဲ့ကုန် ပစ္စည်းတွေ ဝယ်ဖို့ ဈေးထဲ သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေအားလုံးကလည်း ကျွန်မမှာ ပိုက်ဆံဘယ်လောက်ရှိလဲ ဆို တဲ့အပေါ် မူတည်သေးတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ကျွန်မ လိုချင်တာအားလုံး ဝယ်ဖို့ပိုက်ဆံမ ရှိတော့ လိုချင်တာထက် လျော့ပြီးဝယ်ရတယ်။ အမ်... ကျွန်မ အမြဲတမ်း မနက်စာမဝယ် သွားနိုင်ဘူး ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မသားသမီး ၁၀ ယောက်နဲ့ အဲလိုလုပ်ဖို့မတတ်နိုင် ဘူးလေ။

မေးမြန်းသူ။ အစ်မမှာ သားသမီး ၁၀ ယောက်ရှိတာလား။

ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။ သားသမီး ၁၀ ယောက်။

မေးမြန်းသူ။ အဲလိုဆိုရင် အစ်မက မနက်ခင်းမှာ အစ်မရောင်းမဲ့ အသီးအနှံတွေနဲ့ သားသမီး ၁၀ ယောက်အတွက် မနက်စာဝယ်ဖို့ ဈေးသွားတယ်။ ပြီးတော့ အစ်မ ဝယ် ချင်သလောက် အမြဲတမ်းမဝယ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောလိုက်တာနော်။

ကျက်စတင်း။ အဲဒီအတိုင်းပဲ။

မေးမြန်းသူ။ ဘယ်လိုဖြစ်ပြီး လိုချင်သလောက် မဝယ်နိုင်တာလဲ။

ကျက်စတင်း။ ကျွန်မက ကလေးတွေကို တစ်ယောက်တည်း အုပ်ထိန်းရတဲ့ မိခင်တစ် ယောက်လေ။ ကျွန်မတစ်ယောက်တည်း သားသမီး ၁၀ ယောက်လုံးကို လူလားမြောက် အောင်လုပ်ရတာ မလွယ်ဘူး။ တစ်ခါတစ်လေ ရသမျှ အမြတ်တွေကို လုပ်ငန်းထဲမထည့် နိုင်ဘဲ ကလေးတွေအတွက် ဂရုစိုက်ပေးဖို့ပဲ သုံးလိုက်ရတာမျိုးရှိတယ်။

မေးမြန်းသူ။ ဘာကိုသုံးလိုက်ရတာလဲ။

ကျက်စတင်း။ ကျွန်မလုပ်ငန်းထဲထည့်မဲ့ ပိုက်ဆံကို ကလေးတွေအတွက် ဂရုစိုက်ပေးနိုင် ဖို့ပဲ သုံးလိုက်ရတာ။

မေးမြန်းသူ။ ဪ ဒါဆို အစ်မ အသီးအနှံတွေဝယ်ရောင်းပြီး ဝင်ငွေထပ်တိုးအောင် မလုပ်နိုင်ဘူးဖြစ်နေတာပေါ့။

ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။

မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်ပြီ။ အဲဒါကိုဘယ်လိုမျိုးရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနေရလဲ။ နောက်နေ့အတွက် ရော ဘယ်လိုမျိုး လုပ်ကိုင်ရလဲ။

ကျက်စတင်း။ အဲ တော်တော်တော့ ပင်ပန်းတယ်။ ဒါပေမဲ့လည်း ဘုရားသခင်ကို ကျွန်မ ယုံကြည်တယ်။ ပြောချင်တာက ကျွန်မ နေ့တိုင်းဆုတောင်းတယ်။ ကျွန်မအသက်ရှင်တဲ့ နေ့ရက်တိုင်း ဘုရားပြင်ဆင်ပေးတဲ့အတိုင်းပဲ ... ကိုယ့်မှာရှိတာလေးကို သုံးတယ်။ အနည်းဆုံးတော့ ကျွန်မမှာရှိတဲ့ သီးနှံထွက်ကုန်ပစ္စည်းတွေ ရောင်းတယ်။ ပိုက်ဆံရလာ ရင် ရလာတဲ့ပိုက်ဆံကို ကျွန်မကလေးတွေ စားဖို့သောက်ဖို့အတွက် ဝယ်ပေးဖို့သုံးတယ်။ ကျန်တဲ့ပိုက်ဆံနည်းနည်းကို နောက်နေ့ ဈေးထဲမှာ ဝယ်နိုင်သလောက်ဝယ်ဖို့ သုံးတယ်။

မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်ပြီ၊ ဒါဆို ဒီလိုနည်းနဲ့ပဲ နောက်ထပ်အသီးအနှံတွေဝယ်ပြီး ထပ်ရောင်း နိုင်ဖို့ လုပ်နေတာပေါ့နော်။ ဟုတ်ပြီ။ ကလေးတွေကို တစ်ယောက်တည်း အုပ်ထိန်းရတဲ့ မိခင်တစ်ယောက်ဖြစ်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီး နည်းနည်းလောက် ရှင်းပြပေးလို့ရမလား။ ကျက်စတင်း။ အမ်... ကျွန်မ အသက် ... ၃၅ နှစ်ရှိပြီ၊ ကျွန်မ အသက် ၁၅ နှစ်မှာ ပထမဆုံး ကလေးမွေးခဲ့တယ်။ မေးမြန်းသူ။ အသက် ၁၅ နှစ်မှာလား။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်၊ ဆိုတော့ အခု ကျွန်မမှာ သားသမီး ၁၀ ယောက် ရှိတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကလေးတွေရဲ့ အဖေက မတူဘူး။ အဖေ ငါးယောက်ရှိတယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်လား။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဒါဆို အစ်မ အသက် ၁၅ နှစ်ပဲ ရှိသေးတဲ့အရွယ်မှာ ကလေးမွေးခဲ့တာပေါ့။ အဲဒါဘယ်လိုဖြစ်ခဲ့တာလဲဆိုတာ ရှင်းပြပေးလို့ရမလား။ ဒီလိုငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ ကလေးမွေးခဲ့ရတဲ့အကြောင်းလေ။ ကျက်စတင်း။ ကျွန်မက အိမ်တွေပြည့်ကျပ်နေပြီး လူတွေအများကြီးနဲ့ ဖြတ်သိပ်နေတဲ့ နေရာမှာ ကြီးပြင်းလာတာ။ ကျွန်မတို့ရွာထဲက လူငယ်တွေက... ဆေးတွေသုံးကြတယ်။ ဆေးခြောက်တွေသုံးတယ်၊ မိရာအံ သုံးတယ်လေ ... သိလား။ မေးမြန်းသူ။ (နားလည်အောင်ပြန်မေးနေ) သူတို့က ဘာသုံးတာ....။ ကျက်စတင်း။ မိရာအံ... မူးယစ်ဆေးတွေပဲ။ အဲဒီတော့ ငယ်ငယ်တုန်းက မိန်းကလေးတစ် ယောက်အနေနဲ့ ကျောင်းမတက်ခဲ့ရဘူး၊ မိဘတွေကလည်း ကျောင်းထားဖို့ ပိုက်ဆံမရှိ ဘူး။ အဲဒီတော့ ကိုယ်တိုင်က အရွယ်ငယ်ငယ်လေးနဲ့ သမီးရည်းစားကိစ္စတွေ စပြီး ဖြစ်လာတယ်။ [ကောက်နုတ်ချက်ပြီးပါပြီ]	
--	--



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၃

အရည်အသွေးစံပြသုတေသနလေ့လာမှုတစ်ခုဖြစ်သော McKenna-Plumley, P., Graham-Wisener, L., Berry, E. & Groarke, J.M. (2021). Connection, constraint and coping: A qualitative study of experiences of loneliness during the COVID-19 lockdown in the UK. *PLoS ONE* 16, (10). <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0258344#sec010>. မှ “တွေ့ရှိချက်များ” နှင့် “ဆွေးနွေးချက်” အပိုင်းများကို ဖတ်ရှုလေ့လာကြည့်ပါ။

“တွေ့ရှိချက်များ” အပိုင်းနှင့် “ဆွေးနွေးချက်” အပိုင်းသည် မည်သို့ကွာခြားသနည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

ဤအဆင့်တွင် သင်၏ အချက်အလက်များ ကောက်ယူပြီးဖြစ်ပါက ဖမ်းယူထားသော အသံများကို (ရှိပါက) စတင် ကူးယူရေးသားနိုင်ပါသည်။ အချက်အလက်များ ကူးယူ ရေးသားပြီးသည်နှင့် ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှုရန် အချိန်ယူပြီး သေချာနားလည်သိရှိအောင် ပြုလုပ်ပါ။ ထို့နောက် အုပ်စုခွဲများနှင့် အဓိကအကြောင်းအရာများ မဖော်ထုတ်မီ အချက်အလက်အမျိုးအစားများ သတ်မှတ်ရန် ဆက်လက် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။



သင့်မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်းတစ်ဦးအား တွေ့ရှိချက်များအကြောင်း အကျဉ်းချုပ်ရှင်းပြ ပြောဆိုခြင်းဖြင့် ၎င်းတို့ကို သင်ကောင်းစွာနားလည်သိမြင်မှုရှိမရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေး ကြည့်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်၏တွေ့ရှိချက်များ အကြောင်း အလွယ်တကူ မရှင်းပြ ပေးနိုင်လျှင် သင့်အနေဖြင့် ၎င်းတို့ကို ပို၍ နှံ့စပ်စွာ သိနားလည်အောင် လေ့လာရန် လိုအပ်နေပါသည်။

သုတေသနတွေ့ရှိချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ သင် သေချာ နားလည်သိရှိပြီဆိုလျှင် အထက်ပါ အချက်အလက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း ခေါင်းစဉ်အောက်မှ မေးခွန်းများကို အဓိကထား၍ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရန် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Denscombe, M. (2010). Qualitative data. In *The good research guide for small-scale social research projects* (4th ed.). Open University Press. 272–307. <https://b-ok.africa/book/1179394/d12524>

O'Connor, H. & Gibson, N., (2003). A step-by-step guide to qualitative data analysis. *Pimatiziwin: A Journal of Aboriginal and Indigenous Community Health*, 1(1), 63–90. https://www.researchgate.net/publication/292432218_A_Step-By-Step_Guide_To_Qualitative_Data_Analysis

Verdinelli, S. & Scagnoli, N. I. (2013). Data display in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods* 12(1), 359–381. <https://doi.org/10.1177/160940691301200117>

အရေအတွက်စံပြုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းနှင့် အဓိပ္ပာယ်ဖွင့် ဆိုခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများမှ ကောက်ယူရရှိသည့် အချက်အလက်များကို စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပြင်ဆင် နိုင်မည်။
- ကိန်းရှင်အမျိုးအစား အမျိုးမျိုးကို ခွဲခြားသိမြင်နိုင်မည်။
- အခြေခံ အရေအတွက်စံပြု စိစစ်သုံးသပ်မှုပြုလုပ်ရန် ရိုးရှင်းသောနည်းလမ်း တန်ဆာပလာများ အသုံးပြုနိုင်မည်။



- အချက်အလက်ကုန်ကြမ်း။ ကောက်ယူပြီးသည့်အချိန်တည်းက မည်သည့်ပုံစံနှင့်မျှ မတည်းဖြတ်ထားသော အချက်အလက်
- ကျိုးကြောင်းဆီလျော်ခြင်း။ သက်သေအထောက်အထားပေါ် အခြေခံ၍ အကျိုးဝင်လက်ခံနိုင်ခြင်း
- ကိန်းရှင်။ တိုင်းတာ၍ သို့မဟုတ် ရေတွက်၍ ရနိုင်သော ဝိသေသလက္ခဏာ၊ ကိန်းဂဏန်းများ၊ သို့မဟုတ် အရေအတွက် ပမာဏများ (ဩစတေးလျစာရင်းအင်းဌာန၊ ထုတ်ပြန်သည့်ရက်စွဲမပါ)
- အဆင့်သတ်မှတ်ခြင်း။ အရေးပါမှု သို့မဟုတ် အရွယ်အစား အလိုက် စာရင်းသွင်းခြင်း
- ပုံစံ (အချက်အလက်စိစစ်သုံးသပ်မှု)။ အချက်အလက်များ အဖန်ဖန်ထပ်၍/ သို့မဟုတ် ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ပေါ်လာခြင်းကြောင့် မြင်သာထင်ရှားလာသော အချက်အလက်များ ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ သို့မဟုတ် စုဖွဲ့မှု
- အပြန်အလှန်ဆက်နွယ်မှု။ တစ်ခုနှင့်တစ်ခု သက်ရောက်လွှမ်းမိုးနေသော ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်သွယ်မှု သို့မဟုတ် ဆက်စပ်မှု



- ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်မှု။ ကိန်းရှင်များကြား ကြောင်းကျိုးဆက်သွယ်နေသော ဆက်သွယ်မှု၊ ဆိုလိုရင်းမှာ ပထမကိန်းရှင်တွင်ဖြစ်ပေါ်သော အပြောင်းအလဲ ကြောင့် ဒုတိယကိန်းရှင်တွင် အပြောင်းအလဲဖြစ်စေသည် (သို့သော် ပြောင်းပြန် မယူဆသင့်ပါ)
- တစ်ထပ်တည်းကျမှု။ အကြောင်းအရင်းမရှိဘဲ နှစ်ခု သို့မဟုတ် နှစ်ခုထက် ပိုသော အကြောင်းအရာများ တစ်ချိန်တည်းတွင် ဖြစ်ပေါ်ခြင်း

သင့်အနေဖြင့် အဓိပ္ပာယ်နှင့်ပြည့်စုံ၍ တန်ဖိုးရှိသော အသိပညာများပေးစွမ်းနိုင်သည့် အချက်အလက် များဖြစ်စေရန် အလို့ငှာ ၎င်းတို့ကို ပိုင်းခြားစိစစ်သုံးသပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ သို့မဟုတ် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးမှု မေးခွန်းများမှ ထွက်ပေါ်လာသော အဖြေပေါင်း မြောက်များစွာရှိ သော်လည်း ၎င်းတို့ကို စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း၊ သိမြင်နားလည်ခြင်းနှင့် လူအများသင်ယူလေ့လာနိုင်မည့် အကြောင်းအရာများအဖြစ် တင်ပြနိုင်ခြင်းမရှိလျှင် ဘာမျှ အသုံးမဝင်ဘဲ အချည်းနှီးဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ သင်အချက်အလက်မကောက်ယူမီ ၎င်းကိုသေချာစဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်ကောက်ယူရန် စီစဉ်ထားသည့် အချက်အလက်များကို မည်သို့ စိစစ်သုံးသပ်ရမည်မှန်း မသိရှိပါက အချက်အလက် ကောက်ယူသည့် လုပ်ငန်းစဉ်အတွင်း သင်အပါအဝင် ဖြေဆိုသူများ ပေးရသည့် အချိန်နှင့် အင်အားများမှာ အလဟဿ ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ ဤအခန်းတွင် အခြေခံ အရေအတွက်စံပြု အချက်အလက် စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း အကြောင်း မိတ်ဆက်အနေဖြင့် လေ့လာရမည် ဖြစ်ပါသည်။

အချက်အလက်များပြင်ဆင်ခြင်း

အချက်အလက်များစိစစ်သုံးသပ်မှုမစတင်မီ စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာများကို သေချာကြည့်ရှုစစ်ဆေး၍ အချက်အလက် ကုန်ကြမ်းအားလုံးကို အချက်အလက်စိစစ်သည့်ပရိုဂရမ်တစ်ခု (ဥပမာ - SPSS၊ Microsoft Excel၊ Jamovi) ထဲသို့ ထည့်သွင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ အချက်အလက်များထည့်သွင်းခြင်း သည် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်သာမက စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာအားလုံးသည် ကျိုးကြောင်းဆီလျော်မှုရှိမရှိ နှင့် စိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် ၎င်းတို့ကို ထည့်သွင်းနိုင်ခြင်းရှိမရှိ စစ်ဆေးရာတွင်လည်း ထောက်ပံ့ပေး ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အချို့သော စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများကို အပြည့်အစုံ မဖြေဆိုထားလျှင် သို့မဟုတ် ဖြေဆိုသူများသည် သင်၏ နမူနာသတ်မှတ်ချက်စံနှုန်းများနှင့် မပြည့်မီလျှင် ၎င်းတို့သည် ဆီလျော်မှု မရှိပါ။ အချို့သောကိစ္စရပ်များတွင် လူတစ်ဦးသည် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို တစ်ကြိမ်ထပ်ပိုပြီး ဖြေဆိုထားနိုင်ပါသည်။

အချက်အလက်ကုန်ကြမ်းများကို ပရိုဂရမ်ထဲသို့ ထည့်သွင်းသည့် လုပ်ငန်းစဉ်တွင်လည်း **အချက်အလက်အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း (Data coding)** ပါဝင်ပါသည်။ အရေအတွက်အခြေပြု၍ စိစစ် သုံးသပ်ရာတွင် သင်ကောက်ယူထားသည့် သတင်း အချက်အလက် တစ်ခုခုသည် ကိန်းဂဏန်းပုံစံဖြင့် မဟုတ်ဘဲ စကားလုံးများဖြင့် (ဥပမာ - အမျိုးသမီး သို့မဟုတ် အမျိုးသား) ဖြစ်နေပါက ထိုအဖြေများအတွက် စကားလုံးများကို ကိန်းဂဏန်းများအဖြစ် (ဥပမာ - အမျိုးသား = ၁ နှင့် အမျိုးသမီး = ၂) သတ်မှတ်၍ အမျိုးအစား ခွဲပေးရပါမည်။



အချက်အလက်ကုန်ကြမ်းများကို ဆော့ဖ်ဝဲထဲသို့ ထည့်သွင်းပြီးသည်နှင့် စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာအားလုံးကို လုံခြုံသော (ကိုင်တွယ် ထိတွေ့နိုင်သော သို့မဟုတ် အီလက်ထရွန်နစ် စနစ်သုံးသော) နေရာတွင် သိမ်းထားရပါမည်။ သို့မှသာ ဒုတိယအကြိမ် ပြန်စစ်ဆေးရန်လိုအပ်သောအကြောင်း တစ်စုံတစ်ရာရှိခဲ့လျှင် ၎င်းတို့ကို အမြဲ ပြန်လည်၍ ရည်ညွှန်းပြောဆိုနိုင်မည်။ ဖြစ်ပါသည်။

အောက်ဖော်ပြပါ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ အပိုင်း ၁ တွင် Likert စကေး အသုံးပြု၍ ကိန်းဂဏန်းများဖြင့် ဖြေဆိုရမည့် မေးခွန်းများ ပါဝင်သော်လည်း အပိုင်း ၂ တွင်မူ ကိန်းဂဏန်းများအပြင် စကားလုံးများနှင့်လည်း ဖြေဆိုရန်လိုအပ်သည့် မေးခွန်းများ ပေါင်းစပ်ပါဝင်နေပါသည်။ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို ကြည့်ရှု၍ အပိုင်း ၂ မှ စကားလုံးအဖြေများအား အမျိုးအစားခွဲထားသည့်ပုံစံကို လေ့လာပါ။

အရေအတွက်စံပြုသုတေသနနည်းစနစ်အသုံးပြုထားသော သုတေသနစီမံကိန်း

အမည်မသိ။ (၂၀၁၉)။ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ပြည်သူလူထုယုံကြည်မှုကို လွှမ်းမိုးနေသည့် အချက်များ လေ့လာဖော်ထုတ်ခြင်း။ Friedrich Ebert Stiftung မြန်မာရုံး။ <https://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15643.pdf>

မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ်

စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာအမှတ်စဉ်-၁

ပြည်သူလူထုယုံကြည်မှုဆိုင်ရာ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ

အပိုင်း ၁

ပေးထားသော ရွေးချယ်စရာများ ၁= လုံးဝမယုံကြည်ပါ မှ ၅= လုံးဝယုံကြည်ပါသည် အထိ ရှိသည့်စကေးများ အနက် နှစ်သက်ရာတစ်ခုကို ဝိုင်းပြကာ အောက်ပါ မေးခွန်းများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြေဆိုပါ။

၁။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထုအပေါ် တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၂။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထုအပေါ် ဂုဏ်သိက္ခာနှင့် လေးစားမှုရှိရှိ ဆက်ဆံပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၃။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ ပြဿနာအခက်အခဲများကို ရှင်းပြဖို့ အခွင့်အရေးပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၄။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရဘက်လိုက်မှုမရှိဘဲ ဥပဒေကိုအခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်များချမှတ်မည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၅။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ လိုအပ်ချက်များနှင့် စိုးရိမ်ပူပန်မှုများကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပေးမည်ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၆။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြဿနာအခက်အခဲများကို ကိုင်တွယ်အရေးယူရန် လိုအပ်သည့် အရည်အချင်းရှိမည် ဟု သင်မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

၇။ ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ရပ်များအတွက် ရိုးသားပွင့်လင်းစွာ ဖြေရှင်းချက်များပေးမည်ဟု သင် မည်မျှ ယုံကြည်ထားသနည်း။

လုံးဝမယုံကြည်ပါ

လုံးဝယုံကြည်ပါသည်

၁။	၂။	၃။	၄။	၅။
----	----	----	----	----

အပိုင်း ၂ -

ကွက်လပ်ထဲတွင် ဖြည့်၍ သို့မဟုတ် ပေးထားသည့်အဖြေများထဲမှ တစ်ခုကို ဝိုင်းပြကာ အောက်ပါမေးခွန်းများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖြေဆိုပါ။

၁။ လိင် **အမျိုးသား** **အမျိုးသား = ၁၊ အမျိုးသမီး = ၂၊ အခြား/အလွတ် = ၀**

၂။ အသက် **၃၂** **[ကိန်းဂဏန်း - အမျိုးအစားသတ်မှတ်ရန်မလို]**

၃။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု **ကယား** **ကယား = ၁**

၄။ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ **ခရစ်ယာန်** **ခရစ်ယာန် = ၁**

၅။ သင့်အနေဖြင့် အကူအညီ သို့မဟုတ် အထောက်အပံ့ရရှိရန် ဥပမာအားဖြင့် အလုပ် သို့မဟုတ် ကျောင်းအတွက် ထောက်ခံစာတောင်းခံခြင်း၊ မှတ်ပုံတင်/နိုင်ငံကူးလက်မှတ်ပြုလုပ်ရန်၊ သို့မဟုတ် အလားတူကိစ္စရပ်မျိုးအတွက် ရဲများနှင့် အပြန်အလှန်ပြောဆိုဆက်ဆံဖူးပါသလား။

က။ လုပ်ပါသည် **ခ။ မလုပ်ပါ** **လုပ်သည် = ၁၊ မလုပ်ပါ = ၂**

၆။ သင်သည် ဥပမာအားဖြင့် မော်တော်ယာဉ်ဥပဒေချိုးဖောက်သောကြောင့် သို့မဟုတ် အလျဉ်းသင့်သလို စစ်ဆေးရန်အတွက် ရဲများ၏ ပိတ်ဆို့တားဆီးစစ်ဆေးခြင်းကို ခံခဲ့ရဖူးပါသလား။

က။ စစ်ဆေးခံရသည် **ခ။ စစ်ဆေးမခံရပါ** **စစ်ခံရသည် = ၁၊ စစ်မခံရပါ = ၂**

၇။ သင် အဖမ်းခံရဖူးပါသလား။

က။ အဖမ်းခံရသည် **ခ။ အဖမ်းမခံရပါ** **အဖမ်းခံရသည် = ၁၊ အဖမ်းမခံရပါ = ၂**

၈။ ယေဘုယျအားဖြင့် သင်နေထိုင်သည့် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ရဲများထံမှ အကူအညီရရှိရန် လွယ်ကူသည်ဟု ခံစားရပါသလား။

က။ ခံစားရပါသည် **ခ။ မခံစားရပါ** **ခံစားရပါသည် = ၁၊ မခံစားရပါ = ၂**

၉။ မခံစားရပါက မလွယ်ကူရသည့် အကြောင်းရင်းကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပေးပါ။

ရဲစခန်း၊ အရမ်းဝေးတယ်၊ တခြားရွာမှာပဲရှိတယ်။ ရဲတွေက တိရစ္ဆာန် လိုလှတကရှားတယ်။

ဤမေးခွန်းအတွက်အဖြေများကို အမျိုးအစား မခွဲပါ။ အကြောင်းမှာ ၎င်းတို့ကို ကိန်းဂဏန်းများအဖြစ် (အရေအတွက် အခြေပြု အချက်အလက်) အဖြစ် ပြောင်းလဲ၍ စိစစ်ရန် မရည်ရွယ်ထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ သုတေသီများသည် ဖြေဆိုသူများ၏ ရဲတပ်ဖွဲ့နှင့် ပတ်သက်သော အတွေ့အကြုံများ အကြောင်း နောက်ထပ် သတင်း အချက်အလက်များ ရယူလိုခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

ဟုတ်သည်/မဟုတ်ပါ ဖြေဆိုရမည့် မေးခွန်းများကို ၁ နှင့် ၂ အဖြစ် အမျိုးအစားသတ်မှတ်ပါသည်။ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု ဆိုင်ရာ မေးခွန်းအတွက် ကယားကို ၁ အဖြစ်သတ်မှတ်၍ အခြားတိုင်းရင်းသား မျိုးနွယ်စုများကို ၂၊ ၃၊ ၄ အစရှိသည်ဖြင့် သတ်မှတ်ပါသည်။ ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာဆိုင်ရာ မေးခွန်း အတွက်လည်း အလားတူသတ်မှတ်ပါသည်။

ကိန်းရှင်များဆိုင်ရာအသိအမြင်

သင်၏ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်သည့်ပုံစံသည် သင်အဖြေရှာလိုသည့် သုတေသနမေးခွန်း (များ) နှင့် သင်စိစစ် သုံးသပ်မည့် ကိန်းရှင်အမျိုးအစားများအပေါ် မူတည်နေပါသည်။ အရေအတွက်စံ ပြုသုတေသနတွင် **ကိန်းရှင်များ (Variables)** မှာ ဝင်ငွေအခြေအနေ သို့မဟုတ် ပျော်ရွှင်မှုရေချိန် ကဲ့သို့ သင်တိုင်းတာမည့် “အကြောင်းအရာများ” ကိုသာ ရည်ညွှန်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါ စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာတွင် တိုင်းတာထားသည့် ကိန်းရှင်အချို့ဖြစ်သော - ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ် ဖြေဆိုသူများ ယုံကြည်မှု (အပိုင်း ၁)၊ ၎င်းတို့၏ လိင်၊ အသက်၊ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစုနှင့် ဘာသာရေးနှင့် ရဲတပ်ဖွဲ့နှင့် ၎င်းတို့ ကြား ယခင်က အပြန်အလှန်ဆက်ဆံရေး အခြေအနေနှင့် ရဲစခန်းသို့သွားရောက်နိုင်မှုတို့ကို (အပိုင်း ၂) ခွဲခြား ဖော်ထုတ်ထားပါသည်။

လူမှုသုတေသနပြုလုပ်ရာတွင် အဓိကတွေ့ရသည့်ကိန်းရှင်များမှာ ၁) အကွာအဝေးတူညီသော တန်ဖိုး တစ်ခုနှင့်တစ်ခုကြား ခြားနားချက်ပြကိန်းရှင်များ၊ ၂) အစဉ်ပြကိန်းရှင်များ နှင့် ၃) နာမကိန်းရှင်များ ဖြစ်ပါသည်။

- ၁။ ခြားနားချက်ပြ (သို့မဟုတ် ကြားအကွာအဝေးပြ) ကိန်းရှင်များ (Interval (or scale) variables)။ ဤကိန်းရှင်များသည် တိုင်းတာသည့် စကေးတစ်ခုကဲ့သို့ပင် တန်ဖိုးအမျိုးမျိုးရှိ သော ကိန်းရှင်များကို အစဉ်လိုက် သို့မဟုတ် အဆင့်သတ်မှတ်ချက်အလိုက် (ဥပမာ - ငယ် ရာမှ ကြီးရာသို့) စိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် လွယ်ကူရှင်းလင်းဆုံး ဖြစ်သည့်အပြင် ထိုကိန်းရှင်များ ကြား “အကွာအဝေး” (သို့ ခြားနားချက်) သည်လည်း အမြဲ ထပ်တူကျပါသည်။ ဥပမာ အားဖြင့် သင်သည် ဖြေဆိုသူများ၏ အသက် မေးမြန်းမည်ဆိုလျှင် ခုနှစ်များကို တိုင်းတာ ရေတွက်နေခြင်းဖြစ်၍ ဖြေဆိုသူများကို အသက် ငယ်စဉ်ကြီးလိုက် စီထားနိုင်သည့် အပြင် အသက် ၄၃ နှစ် နှင့် ၄၂ နှစ် ကြား ခြားနားချက်သည် အသက် ၁၆ နှစ် နှင့် ၁၇ နှစ်ကြား ခြားနားချက်နှင့် အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ အသက်၊ လူအရေအတွက်နှင့် ဝင်ငွေတို့သည် ကြားအကွာအဝေးပြ ကိန်းရှင်များ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ အစဉ်ပြကိန်းရှင်များ (Ordinal variables)။ ဤကိန်းရှင်များသည် ခြားနားချက်ပြကိန်းရှင်များကဲ့သို့ပင် အတိုင်းအတာ စကေးတစ်ခုဖြစ်၍ ထိုကိန်းရှင်တန်ဖိုးများကိုလည်း အဆင့်သတ်မှတ်ပေးနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့ကြား ခြားနားချက်မှာ အမြဲ ထပ်တူမကျပါ။ အများဆုံးတွေ့ရလေ့ရှိသည့် အစဉ်ပြ ကိန်းရှင်မှာ အတန်းပညာဖြစ်ပါသည်။ မတူညီသော အတန်းများ အလိုက် နိမ့်ရာ (ဥပမာ - မူလတန်း) မှ မြင့်ရာ (ဥပမာ - တက္ကသိုလ်) သို့ အစဉ်လိုက် ထားရှိနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် မူလတန်း နှင့် အလယ်တန်းပညာရေးကြား နှင့် အလယ်တန်းနှင့် တက္ကသိုလ်ပညာရေးကြား အကွာအဝေး သို့မဟုတ် ခြားနားချက်မှာ မတူညီပါ။ ထိုအကြောင်းကြောင့် ဤကဲ့သို့ ကိန်းရှင်များသည် ခြားနားချက်ကို မပြနိုင်ဘဲ အစဉ်ကိုသာ ဖော်ပြနိုင်သော ကိန်းရှင်များအဖြစ် သတ်မှတ်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

၃။ အမည်နာမပြ (သို့မဟုတ် အုပ်စုပြ) ကိန်းရှင်များ (Nominal (or categorical) variables)။ ဤကိန်းရှင်များသည် အမည်နာမ သို့မဟုတ် အုပ်စုတစ်ခုကို ဖော်ပြပြီး ၎င်းတို့တန်ဖိုးများကို အဆင့်မသတ်မှတ်နိုင်သောကြောင့် အစဉ်လိုက် ထား၍ မရနိုင်ပါ။ အထက်ပါ စစ်တမ်း မေးခွန်းလွှာတွင် တိုင်းရင်းသားလူမျိုးစု နှင့် ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာတို့ သည် နာမ ကိန်းရှင်များ ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ သုတေသီတို့ အနေဖြင့် ခရစ်ယာန် ဘာသာသည် ဗုဒ္ဓဘာသာထက် အရင် လာ၊မလာ သို့မဟုတ် ကယားလူမျိုးစုသည် ကချင်လူမျိုး နောက်မှ လာ၊မလာ သေချာမပြောနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အချက်အလက်များကို Microsoft Excel ထဲတွင် ထည့်သွင်းခြင်း

အောက်ဖော်ပြပါနမူနာတွင် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ ၁၀ စောင် မှ အချက်အလက်များကို စာရင်းဇယားပရိုဂရမ်တစ်ခုဖြစ်သော Excel spreadsheet ထဲသို့ ထည့်သွင်းထားပါသည်။ ဤ spreadsheet ပရိုဂရမ်ကို နားလည်စေရန်အလို့ငှာ အတန်းများ (အလျားလိုက်ဖြစ်သော အကန့်များ/လေးထောင့်ကွက်များ) သည် သင်၏ဖြေဆိုသူများကို ကိုယ်စားပြုပြီး အတိုင်များ (ဒေါင်လိုက်ဖြစ်သော အကန့်များ/လေးထောင့် ကွက်များ) သည် သင်၏ကိန်းရှင်များကို ကိုယ်စားပြုပါသည်။ အတန်း ၁ တွင် ကိန်းရှင် အမည်များ (သို့မဟုတ် ဤနမူနာအရ မေးခွန်းများ) ကို သင်္ကေတအမှတ်အသားပြုရမည် (ဥပမာ - အပိုင်း ၁ မေးခွန်း ၅ အတွက် “S1Q5၊ “လိင်” အစရှိသည်ဖြင့်) သို့မှသာ သင့်အနေဖြင့် တိုင်တစ်တိုင်စီမှ မည်သည့် ကိန်းရှင်များသည် တန်ဖိုး/အမျိုးအစားများကို ရည်ညွှန်းကြောင်း သိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် တိုင် A တွင် စစ်တမ်းဧေးခွန်းလွှာအိုင်ဒီနိုပါတ် ပါဝင်သောကြောင့် မည်သည့်စစ်တမ်းဧေးခွန်းလွှာ (သို့မဟုတ် ပြေဆိုသူ) ၏ အဖြေများ (အတန်း တစ်ခုစီမှ) ဖြစ်ကြောင်း သိနိုင်ပါသည်။ ပန်းနုရောင်ဖြင့် အမျိုးအစားခွဲထားသော တိုင်များအားလုံးသည် ခြားနားချက်ပြ ကိန်းရှင်များ (၁ = လုံးဝမယုံကြည်ပါ၊ ၅ = လုံးဝယုံကြည်ပါသည်) ဖြစ်ပါသည်။ အပြာနုရောင်တိုင်များမှာ အမည်နာမပြကိန်းရှင်များ (ဥပမာ - လိင်၊ တိုင်းရင်းသား၊ လူမျိုးစု ကိုးကွယ်သည့်ဘာသာ) ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ ကိန်းရှင်အကန့်ချည်း "Sort & Filter" နေရာကို နှိပ်လိုက်ပါက အောက်သို့ဖွင့်ပြသည့်မြားလေး ပေါ်လာပါမည်။ ၎င်းကို အသုံးပြု၍ ထိုပိုင်တွင်ထည့်သွင်းထားသော အဖြေများကို စစ်ထုတ်နိုင်ပါသည်။

၎င်းမှာ စစ်တမ်းဓေးခွန်းလွှာ အိုင်ဒီနံပါတ် ဖြစ်သည်။

ID#	S1Q1	S1Q2	S1Q3	S1Q4	S1Q5	S1Q6	S1Q7	gender	age	ethnic	religion	S2Q5	S2Q6	S2Q7	S2Q8
1	1	2	3	2	3	2	3	1	1	32	1	1	1	2	2
2	2	2	4	3	2	3	3	2	2	26	2	2	1	2	2
3	2	4	4	3	4	3	3	3	2	40	2	2	1	2	1
4	1	1	2	1	1	1	1	2	2	22	3	1	1	1	1
5	3	3	3	3	3	2	2	2	1	48	2	2	2	2	2
6	3	3	3	3	3	2	2	2	2	48	2	2	2	2	2
7	6	5	5	4	4	4	4	3	2	31	2	2	2	2	2
8	7	1	1	1	1	1	1	1	1	36	4	3	1	1	2
9	8	3	3	3	2	2	3	3	1	50	2	2	1	2	2
10	9	4	3	4	3	2	3	2	2	27	5	2	1	2	2
11	10	3	3	2	2	2	2	1	1	22	2	2	1	1	2

ဘ = ကယား၊ င = အမျိုးသား၊ ည = မဟုတ်ပါသည်။

၎င်းမှာ S1Q1 ဟု အမှတ်အသားပြုထားသည့် ကိန်းရှင်ဖြစ်ပါသည် (အဝိုင်း ၁၊ မေးခွန်း ၁)။

J = အမျိုးသမီး၊ J = ဗမာ၊ J = မဟုတ်ပါ။

အထူးအားနည်းသူများ

၁ = ဟုတ်ပါသည်

 $\gamma = c$
$$c = c$$

၂ = အမျိုးသမီး

$$J = \int$$

၂၆၁၂

၎င်းမှာ SIQ1 ဟု အမှတ်အသားပြုထားသည့် ကိန်းရှင်ဖြစ်
ပါသည် (အပိုင်း ၁၊ မေးခွန်း ၁)။

ကိန်းရှင်တစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း

ကိန်းရှင်တစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရာတွင် တစ်ကြိမ်လျှင် ကိန်းရှင်တစ်ခုသာ စိစစ်နိုင်ပြီး ၎င်းမှာ အချက်အလက်စိစစ်ရန် အရိုးရှင်းဆုံးနည်းလမ်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းသည် အချက် အလက်များကို အကျဉ်းချုပ် သို့မဟုတ် ဖော်ပြပေး၍ ပုံစံများခွဲခြား ရွေးထုတ်ပေးနိုင်သော်လည်း ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်နွှယ်မှုကိုမူ မစစ်ဆေးပေးနိုင်ပါ။

ကိန်းရှင်တစ်ခုတန်ဖိုး ပြောင်းလဲမှု စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းတွင် မည်သည့်ကိန်းရှင်အမျိုးအစားအတွက်မဆို မေးခွန်းတစ်ခုမှ ထွက်ပေါ်လာသော အဖြေအမျိုးမျိုး၏ **ကြိမ်နှုန်း (frequency)** ကို တွက်ချက်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အပိုင်း ၁ မှ မေးခွန်း တစ်ခုစီ အတွက် လူအရေအတွက် မည်မျှသည် ၁၊ ၂၊ ၃၊ ၄ သို့မဟုတ် ၅ ဖြေဆိုခဲ့သည်ကို ရေတွက်နိုင်ပါသည်။ အောက်ဖော်ပြပါ တိုင် X တွင် အပိုင်း ၁ မှ ပထမဆုံးမေးခွန်းအတွက် “၁” ဖြေဆိုထားသူအရေအတွက်ကို ဖော်ပြထား ပါသည် -

Undo		Clipboard		Font		Alignment		Number									
X3		✕ ✖ f _x		#FREQUENCY(C2:C11, \$W\$3:\$W\$7)													
	A	C	D	E	F	G	H	I	V	W	X	Y	Z	AA	AB	AC	AD
1	ID#	\$1Q1	\$1Q2	\$1Q3	\$1Q4	\$1Q5	\$1Q6	\$1Q7			Frequency						
2	8	3	3	3	2	2	3	3			\$1Q1	\$1Q2	\$1Q3	\$1Q4	\$1Q5	\$1Q6	\$1Q7
3	5	3	3	3	3	2	2	2		1	2	1	2	2	2	2	4
4	3	4	4	3	4	3	3	3		2	2	1	2	3	5	2	3
5	7	1	1	1	1	1	1	1		3	3	5	4	3	2	5	3
6	1	2	3	2	3	2	3	1		4	2	2	2	2	1	1	0
7	6	5	5	4	4	4	4	3		5	1	1	0	0	0	0	0
8	9	4	3	4	3	2	3	2		0	0	0	0	0	0	0	0
9	2	2	4	3	2	3	3	2									
10	4	1	2	1	1	1	1	1									
11	10	3	3	2	2	2	2	1									

တစ်ခု ရရှိလာမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် သင့်အနေဖြင့် ကိန်းဂဏန်း (ကြိမ်နှုန်း) ကို ရာခိုင်နှုန်း အဖြစ် လည်း ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် နမူနာကောက်ယူရာတွင်ပါဝင်သော အိမ်ထောင်စု (၅၆၀) စု ရှိသည့်အနက်မှ (၄၉၆) စု သည် “လျော့နည်းပါသည်” ဟု ဖြေဆိုထားခြင်းသည် ၈၉ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ညီမျှပါသည်။

Excel ပုံသေနည်း -

=FREQUENCY(data_array, bins_array)

=AVERAGE(number 1, number 2...)

ကြိမ်နှုန်းကလွဲ၍ ကိန်းရှင်များ၏ **ပျမ်းမျှကိန်း** (သို့မဟုတ် သမတ်ကိန်း) ကို အများဆုံး စိစစ်သုံးသပ် လေ့ရှိကြသည်။ ဥပမာအနေဖြင့် ဖော်ပြထားသည့် ဖြေဆိုသူများ၏ အသက်အရွယ်ဆိုင်ရာ အချက် အလက်အစုကို ကြည့်ရှုလေ့လာကြည့်ပါ -

၂၂၊ ၂၂၊ ၂၆၊ ၂၇၊ ၃၁၊ ၃၂၊ ၃၆၊ ၄၀၊ ၄၈၊ ၅၀။

တန်ဖိုးများ (အသက်အရွယ်) အားလုံးကို ပေါင်း၍ တန်ဖိုးအရေအတွက်ဖြင့် စားပါက ပျမ်းမျှကိန်း တွက်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ဤဥပမာတွင် ပျမ်းမျှတန်ဖိုးမှာ ၃၃.၄ ဖြစ်ပါသည်။ ခြားနားချက်ပြ နှင့် အစဉ်ပြ ကိန်းရှင်များအတွက် ပျမ်းမျှကိန်း တွက်ထုတ်နိုင်ပါသည်။

အထက်ပါ ကိန်းရှင် S1Q1 သည် ခြားနားချက်ပြကိန်းရှင်ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်း၏ ပျမ်းမျှကိန်းကို တွက်ချက်ကြည့်လျှင် ၂.၈ ရပါသည်။ စကေး ၁ မှ ၅ အထိတွင် ၂.၈ သည် အလယ် (၂.၅) အထက်တွင် ရှိရုံမျှဖြစ်၍ ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် ရဲတပ်ဖွဲ့ အပေါ် ယုံကြည်မှု အနည်းငယ်သာရှိကြောင်း ဖော်ပြနေ ပါသည်။

ကိန်းစဉ်တန်း (range) သည် ခြားနားချက်ပြ သို့မဟုတ် အစဉ်ပြကိန်းရှင်၏ အနိမ့်ဆုံးနှင့် အမြင့်ဆုံး တန်ဖိုးများကို ရည်ညွှန်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အထက်ပါ ဥပမာတွင် အသက်အရွယ်ပြကိန်းရှင်၏ ကိန်းစဉ် တန်းမှာ ၂၂-၅၀ ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ ကိန်းစဉ်တန်းမှတစ်ဆင့် သင်၏ ကိန်းရှင်သည် မည်မျှ “ပျံ့နှံ့မှု” ရှိ ကြောင်းနှင့် ၎င်း၏ အနိမ့်ဆုံးနှင့် အမြင့်ဆုံး တန်ဖိုးများနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဖော်ပြပေးနိုင်ပါသည်။

ကိန်းရှင်တစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုစိစစ်သုံးသပ်ချက်အများစုကို ဂရပ်များ၊ ပုံစံကားချပ်များ၊ နှင့် ဇယားကွက်များအသုံးပြု၍ မြင်သာအောင် ဖော်ပြနိုင်သောကြောင့် သင်နှင့် သင်၏သုံးသပ်ချက်များကို လေ့လာဖတ်ရှုသူအတွက်လည်း နားလည်ရ လွယ်ကူစေပါသည်။ Excel သို့မဟုတ် သင်၏အချက် အလက်စိစစ်သည့် ပရိုဂရမ်ထဲမှ ရွေးချယ်စရာအမျိုးမျိုးကို စမ်းသပ် အသုံးပြုကြည့်ပါ။

ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း

ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုး ပြောင်းလဲမှုအချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းသည် ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ရန် အတွက် ၎င်းတို့ကို စိစစ်လေ့လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏ ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှု အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း မစတင်မီ သုတေသနမေးခွန်းကို ပြန်လည်စစ်ဆေး၍ သင်ရှာဖွေတွေ့ရှိလိုသည့် အရာကို အမှတ်ရပါ။ ဤအခန်းတွင် ဖော်ပြထားသော ပထမဆုံးဥပမာမှ သုတေသနမေးခွန်းမှာ “မြန်မာနိုင်ငံ ရဲတပ်ဖွဲ့ အပေါ် ပြည်သူလူထုယုံကြည်မှု အခြေအနေမှာ မည်သို့ရှိသနည်းနှင့် ၎င်းကိုလွှမ်းမိုးနေသည့် အချက်များမှာ အဘယ်နည်း။” ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သုတေသီများသည် လွှမ်းမိုးနေသည့်အချက်များကို လေ့လာစိစစ်ရာ၌ ကျား၊မ ရေးရာ ကိစ္စရပ်များ ပါဝင်နေခြင်းရှိမရှိ သိလိုကြပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် ၎င်းတို့သည် ရဲတပ်ဖွဲ့ အပေါ် အမျိုးသမီးများနှင့် အမျိုးသားများ၏ ယုံကြည်မှု အတိုင်းတာကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်၍ ၎င်းတို့ကြား ခြားနားချက် ရှိမရှိ သိရှိလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်နေခြင်းသည် ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်နေခြင်း မဟုတ်ပါ



ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုကို စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းအားဖြင့် ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ဖော်ပြနိုင်သော်လည်း ကိန်းရှင်နှစ်ခုသည် အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ် နေရုံမျှဖြင့် ၎င်းတို့ကြားတွင် ကြောင်းကျိုးဆက်စပ်နေသော ချိတ်ဆက်မှုမျိုး ရှိသည် ဟု ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ ဥပမာအားဖြင့် သင်၏လေ့လာမှုအရ လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာပေါ်တွင် အချိန်ပိုကုန်ဆုံးသောသူများ သည် ပို၍မပျော်ရွှင်နိုင်သောသူများဖြစ် နေကြောင်း တွေ့ရှိခြင်းသည် လူမှုကွန်ရက် မီဒီယာများကြောင့် ၎င်းတို့ ပို၍ မပျော် မရွှင်ဖြစ်ရသည်ဟု ပြောလိုခြင်းမဟုတ်ပါ။ ဖြစ်နိုင်သည့်အကြောင်းရင်းတစ်ခုမှာ ထို သူတို့သည် ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ် ဘဝတွင် သိပ်မပျော်ရွှင်သောကြောင့် ဖြေဖျော်မှု အတွက် လူမှုကွန်ရက် မီဒီယာကို အမှီပြု၍ အချိန်ကုန်ဆုံးခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ကိန်းရှင်နှစ်ခုတန်ဖိုးပြောင်းလဲမှုအချက်အလက်များစိစစ်သုံးသပ်သည့် နည်းလမ်းများစွာရှိပါသည်။ အောက်ပါတို့မှာ လူမှုသုတေသန စီမံကိန်း အသေးစားများတွင် အသုံးပြုသည့် နည်းတန်ဆာပလာ အချို့ကို ရှင်းပြထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယားများ (contingency tables) သည် တစ်ချိန်တည်းတွင် ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား တန်ဖိုးများ၏ ကြိမ်နှုန်းကို ဖော်ပြပေးပြီး ထိုကိန်းရှင်များ၏ဆက်နွှယ်မှုပုံစံများကို ရှာဖွေရာတွင် အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် ဖြေဆိုသူ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးများသည် ရဲတပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် ပြည်သူလူထုကို တန်းတူညီမျှဆက်ဆံရန် အယုံအကြည် လုံးဝမရှိကြောင်း အကြိမ်အရေအတွက်မည်မျှဖြေဆိုခဲ့သနည်း။ ကျား၊မရေးရာနှင့် ရဲများ ပြည်သူလူထုအပေါ် တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံရန် ယုံကြည်မှု (SIQ1) တို့ကြား ဆက်နွှယ်မှုကို စိစစ်လေ့လာရာတွင် နှိုင်းယှဉ်ချက် (အောက်ဖော်ပြပါ) ဇယားကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ထိုဇယားအရ အမျိုးသားများကြားတွင် ထိုမေးခွန်းကို တုံ့ပြန်ဖြေဆိုမှုအကြိမ်ရေ အများဆုံးမှာ အလယ်တစ်ခု (ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ်ယုံကြည်သည်လည်းမဟုတ် မယုံကြည်သည်လည်းမဟုတ်) ဖြစ်သော်လည်း အမျိုးသမီး တစ်ယောက်မျှ ထိုသို့မဖြေဆိုထားပါ။ အမျိုးသမီးများ၏ အဖြေများမှာ ပို၍ ပျံ့နှံ့နေပြီး ပို၍လည်း အပြုသဘောဆောင်နေ ပါသည် (၎င်းတို့သည် ရဲတပ်ဖွဲ့အပေါ်ပို၍ ယုံကြည်မှုရှိကြသည်။)။

သတိပြုရမည်မှာ အချက်အလက်ပမာဏအနည်းငယ် (ဤကိစ္စရပ်တွင် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ ၁၀ စောင် မှ ရလဒ်များသာ) ဖြင့် ထိုကဲ့သို့ ဇယားများကို လွယ်ကူစွာရေးဆွဲနိုင်သော်လည်း အချက်အလက်အမြောက်အမြားဖြင့် ထိုကဲ့သို့ ဇယားများ ဖန်တီးရေးဆွဲနိုင်ရန် ပုံသေနည်းအသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်သည် Microsoft Excel ကို အသုံးပြုမည် ဆိုလျှင် ကိန်းရှင်နှစ်ခု၏တန်ဖိုးများ ပေါင်းစပ်ပေါ်ပေါက်လာသော အကြိမ်အရေအတွက်ကို ရေတွက်ရန် COUNTIFS ပုံသေနည်းကို အသုံးပြုပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ဖြေဆိုသူများသည် “အမျိုးသား” နှင့် “၁” နှစ်ခုလုံးကို အကြိမ်ရေ မည်မျှ ဖြေဆိုထားသနည်း။ ထို့ပြင် သင်စိစစ်သုံးသပ်လိုသည့် ကိန်းရှင်များထဲမှ အနည်းဆုံး တစ်ခုသည် နာမပြုကိန်းရှင် (ဤကိစ္စရပ်တွင် နာမပြုကိန်းရှင်မှာ လိင် ဖြစ်သည်) ဖြစ်မှသာလျှင် နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယားကို အသုံးပြုနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း မှတ်သားထားရပါမည်။

ကျား၊မရေးရာနှင့် ရဲများပြည်သူလူထုအပေါ် တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံရန်ယုံကြည်မှုတို့ကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ဖော်ပြနေသော နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယား				
	အမျိုးသား		အမျိုးသမီး	
	စဉ်	%	စဉ်	%
၁ - လုံးဝမယုံကြည်ပါ	၁	၁၀%	၁	၁၀%
၂	၁	၁၀%	၁	၁၀%
၃	၃	၃၀%	၀	၀%
၄	၀	၀%	၂	၂၀%
၅ - လုံးဝယုံကြည်သည်	၀	၀%	၁	၁၀%

အကယ်၍ ခြားနားချက်ပြကိန်းရှင်များ ကြား ဆက်နွယ်မှုကို စိစစ်သုံးသပ်လိုပါက နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယား အစား ပီရာဆန်၏ **Pearson's r test** ဖြင့် စမ်းသပ်စစ်ဆေးသည့် နည်းလမ်းကို အသုံးပြုသင့်ပါသည်။ ဤစစ်ဆေးမှုဖြင့် ကိန်းရှင်များကြား **အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်နေမှု** အင်အားအတိအကျကို တိုင်းတာ နိုင်ပါသည်။ ဤစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု (" r ") မှ ထွက်ပေါ်လာသော ကိန်းဂဏန်းသည် အပေါင်းလက္ခဏာ (အဓိကကိန်းဂဏန်းရှေ့တွင် ဘာလက္ခဏာမျှမရှိ) သို့မဟုတ် အနုတ်လက္ခဏာ (အဓိကကိန်းဂဏန်း ရှေ့တွင် အနုတ်ပြထားသော) တစ်ခုခု ဖြစ်ပါလိမ့်မည်။ အကယ်၍ ထိုကိန်းဂဏန်းသည် အပေါင်း လက္ခဏာဖြစ်ပါက ထိုကိန်းရှင် နှစ်ခု သည် အပြန်အလှန် အိုင်အမာ ဆက်နွယ်နေကြောင်း ဖော်ပြနေ ပါသည်။ ဆိုလိုရင်းမှာ ၎င်းတို့အနက် တစ်ခု တိုးသွားလျှင် အခြားတစ်ခုလည်း တိုးသွားမည် (အလားတူ ပင် တစ်ခုက လျော့နည်းသွားလျှင် အခြားတစ်ခုလည်း လျော့နည်းသွားမည်) ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ ထိုကိန်းဂဏန်းသည် အနုတ်လက္ခဏာဖြစ်ပါက ကိန်းရှင်များမှာ အပြန်အလှန် ဆန့်ကျင်ဘက် သဘောဖြင့် ဆက်နွယ်နေပါသည်။ ဆိုလိုရင်းမှာ ကိန်းရှင်တစ်ခု တိုးသွားလျှင် အခြားတစ်ခုက လျော့နည်းသွားမည် (အလားတူပင် တစ်ခုက လျော့နည်းလျှင် အခြား တစ်ခုက တိုးသွားမည်) ဖြစ်ပါသည်။

ဆက်နွယ်မှုပြမြောက်ဖော်ကိန်း r သည် ၀ (ဆက်နွယ်မှုမရှိ) နှင့် ၁ (အိုင်အမာ ဆက်နွယ်မှုရှိ) အတွင်းမှ ကိန်းဂဏန်း တစ်ခုသာ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ၁ နှင့် ပိုနီးသောကိန်းဂဏန်းဖြစ်လေလေ ထိုကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား အပြန်အလှန် ဆက်နွယ်မှု (သို့မဟုတ် ဆက်စပ်မှု) ပိုခိုင်မာလေဖြစ်ပါသည်။ Excel ပရိုဂရမ်ထဲတွင် =CORREL ပုံသေနည်းကို အသုံးပြု၍ အမျိုးအစား မဟုတ်ဘဲ တန်ဖိုးပြ ကိန်းစဉ် တန်းနှစ်ခုကို ရွေးချယ်ပါ။ အောက်ဖော်ပြပါဥပမာတွင် ရရှိလာသော ကိန်းဂဏန်းသည် ၀.၉၅ ဖြစ်၍ ၁ နှင့်နီးသောကြောင့် အရပ်အမြင့် (ဖြေဆိုသူများ၏ အရပ်အရှည်) နှင့် ကိုယ်အလေးချိန် (ဖြေဆိုသူများ၏ အလေးချိန်) သည် အိုင်အမာ ဆက်နွယ်နေပါသည်။ ထို့ပြင် ၎င်းသည် -၀.၉၅ မဟုတ်ဘဲ +၀.၉၅ ဖြစ် သောကြောင့် အပေါင်းလက္ခဏာဆောင်သော ဆက်နွယ်မှုဖြစ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အရပ်မြင့်လေ ကိုယ်အလေးချိန်လည်း တက်လေဖြစ်ပါသည်။

C13					
	A	B	C	D	E
1		Height (cm)	Weight (kg)		
2		160	57		
3		178	80		
4		158	55		
5		179	81		
6		164	59		
7		168	57		
8		174	79		
9		179	85		
10		180	90		
11		163	55		
12					
13		Pearson's r	0.950758582		

ဆန့်ကျင်ဘက်သဘောဆက်နွယ်မှုနမူနာ တစ်ခုမှာ အခွန်တိုးလာသောကြောင့် အဝတ်အစားဝယ်ယူသုံးစွဲမှု လျော့နည်းသွားနိုင်ပါသည် (လူအများသည် အခွန်ပေးဆောင်ပြီးနောက် ငွေနည်းနည်းသာကျန်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။)

သတိထားရမည်မှာ သင်ရှာဖွေတွေ့ရှိလိုသည့် အရာပေါ်မူတည်၍ အသုံးပြုမည့် စာရင်းအင်းဆိုင်ရာ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုနည်းလမ်းများကို ရွေးချယ်ရပါသည်။ သင်အလွယ်တကူပြုလုပ်နိုင်ရုံမျှဖြင့် ကျပန်းတွက်ချက်မှုများ မပြုလုပ်သင့်ပါ။ အကယ်၍ သင့်အနေဖြင့် အချက်အလက်များကို Excel သို့မဟုတ် အခြားပရိုဂရမ်ထဲတွင် မည်သို့ တွက်ချက်ရမည်ကို သိရှိသည့်တိုင် အချက်အလက်များကို စိစစ်သုံးသပ်သည့် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုး၏ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အခြေခံ သဘော တရားများကို သိနားလည်အောင် ကြိုးစားထားသင့်ပါသည်။



တွေ့ရှိချက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း

အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်၍ တွေ့ရှိချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြီးသည်နှင့် ထိုတွေ့ရှိချက်များ၏ ဆိုလိုရင်းကို နားလည်သိရှိစေရန်အတွက် ၎င်းတို့ကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရန် လိုအပ်ပါသည်။ အောက်ပါတို့မှာ သင့်ကိုယ်သင် ပြန်မေးကြည့်နိုင်သော နမူနာမေးခွန်းများ ဖြစ်ပါသည်။

- ကျွန်ုပ်၏တွေ့ရှိချက်များမှ သုတေသနမေးခွန်းအတွက် အဖြေထွက်ပေါ်လာပါသလား။ ထွက်ပေါ်လာပါက မည်သို့ဖြစ်သနည်း။

- ကျွန်ုပ်တို့၏သုတေသနမှ အဓိကကျသောတွေ့ရှိချက်များမှာ အဘယ်နည်းနှင့် အဘယ်ကြောင့် ၎င်းတို့သည် အရေးပါ သနည်း။
- ကျွန်ုပ်တို့၏တွေ့ရှိချက်များထဲမှ တစ်ခုခုသည် ကျွန်ုပ်တို့အတွက် အံ့အားသင့်စရာဖြစ်စေပါသလား။ အဘယ်ကြောင့် ဖြစ်စေသနည်း/အဘယ်ကြောင့် မဖြစ်စေသနည်း။
- မည်သည့် အစောပိုင်းစာတမ်းများ (ရှိပါက) သည် ကျွန်ုပ်တို့၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် ဆီလျော်မှုရှိ သနည်း။ ကျွန်ုပ်တို့ တွေ့ရှိချက်များသည် ယခင်ကလေ့လာမှုများမှ သုံးသပ်ချက်ရလဒ်များကို ထောက်ခံပါသလား သို့မဟုတ် ဆန့်ကျင်ပါသလား။

ဥပမာအားဖြင့် အကယ်၍ သင်၏သုတေသနမေးခွန်းသည် “ရန်ကုန်တိုင်း၊ ဒလမြို့နယ်တွင် ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါကြောင့် အိမ်ထောင်မိသားစုဝင်ငွေကို မည်သို့ပြောင်းလဲစေခဲ့သနည်း။” ဖြစ်ပါက သုတေသန မေးခွန်းအတွက် အဖြေထုတ်ပေးသည့် အဓိကတွေ့ရှိချက်များတွင် အောက်ပါတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသည် -

- (၁) အပြောင်းအလဲရှိကြောင်းဖော်ပြခဲ့သည့် အိမ်ထောင်မိသားစုအရေအတွက်
- (၂) အိမ်ထောင်မိသားစုဝင်ငွေ ပြောင်းလဲမှု ပျမ်းမျှကိန်း (သမတ်ကိန်း)
- (၃) အပြောင်းအလဲဖြစ်စေသည့်အကြောင်းရင်းများ
- (၄) နေ့စားအလုပ်ကြမ်းသမားများအပေါ် မှီခိုနေရသည့် အိမ်ထောင်မိသားစုများနှင့် စက်ရုံ ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် ရုံးဝန်ထမ်းများအပေါ် မှီခိုနေရသည့် အိမ်ထောင်မိသားစုများကြား ကွာခြားချက်
- (၅) အလုပ်မြဲမှုနှင့် ဝင်ငွေထိခိုက်မှုကြား အပြန်အလှန်ဆက်သွယ်မှု

ထို့နောက် အရေးကြီးသည့်အချက်မှာ လက်တွေ့ကျင့်သုံးရာတွင် အကျိုးရှိဆုံးဖြစ်မည့် တွေ့ရှိချက်များကို စဉ်းစားရပါမည်။ ထိုတွေ့ရှိချက်များက လူအများအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေမည့် နည်းလမ်းတစ် ခုဖြစ်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြနေပါသလား၊ ဥပမာအားဖြင့် မည်သည်တို့ဖြစ်သနည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၁

အောက်ပါမေးခွန်းများ၏ ရလဒ်သည် ခြားနားချက်ပြ (စကေး)၊ အစဉ်ပြ၊ သို့မဟုတ် နာမပြ (အုပ်စု) ကိန်းရှင်များအနက် မည်သည်ဖြစ်မည်နည်း။ ကိန်းရှင်အမျိုးအစားအဖြေမှန်ကို နောက်ဆုံးတိုင်တွင် ရေးသားပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၂

ညာဘက်ပါ ဇယားထဲတွင် ဖော်ပြထားသော အချက်အလက် အစုကို ကြည့်ပါ။

၁။ ဇယားတွင်ဖော်ပြထားသောနှစ်ခုမှာ မည်သည့် ကိန်းရှင် အမျိုးအစားများ ဖြစ်သနည်း။

၂။ Excel ပရိုဂရမ်တွင် ကိန်းရှင်နှစ်ခု၏ ပျမ်းမျှကိန်းနှင့် ကိန်းစဉ်တန်းတို့ကို တွက်ချက်ပါ။

၃။ ဤအချက်အလက်အစုအတွက် ဆက်နွှယ်မှုတိုင်းတာသည့် မြှောက်ဖော်ကိန်း Pearson's r ကို တွက်ချက်ပါ။

၄။ မြှောက်ဖော်ကိန်း r တန်ဖိုးပေါ်အခြေခံ၍ ကိန်းရှင်များ ကြား အပြန်အလှန် ဆက်နွှယ်မှုကို ဖော်ပြပါ။

စဉ်	ပျမ်းမျှ ဝင်ငွေ ဒေါ်လာ	ပညာသင်နှစ် စုစုပေါင်း ကာလ
၁	၃၀,၀၀၀	၆
၂	၄၅,၀၀၀	၉
၃	၈၀,၀၀၀	၁၄
၄	၆၀,၀၀၀	၁၂
၅	၇၀,၀၀၀	၁၃
၆	၇၀,၀၀၀	၁၃
၇	၅၅,၀၀၀	၉
၈	၅၅,၀၀၀	၁၀
၉	၈၀,၀၀၀	၁၃
၁၀	၅၀,၀၀၀	၉



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၃

သင်သည် မူလတန်းပြ ကျောင်းဆရာ၊ဆရာမများ၏ ယခင်ဆရာအတတ်ပညာသင်တန်းအတွေ့အကြုံ နှင့် မူလတန်းကျောင်းများတွင် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို အသုံးပြုခြင်းအပေါ် ၎င်းတို့၏သဘောထားအမြင်များကြား ဆက်နွှယ်မှုကို စိစစ်လေ့လာနေသည်ဟု စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ စစ်တမ်းမေးခွန်းများမှာ -

၁။ သင်သည် ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး သင်တန်းများ တက်ဖူးပါသလား။

တက်
ဖူးသည် မတက်ဖူးပါ
○ ○

၂။ သင့်အနေဖြင့် အောက်ပါအဆိုပြုချက်ကို သဘောတူကြောင်း သို့မဟုတ် သဘောမတူကြောင်းကို စကေးတွင် ဖော်ပြထားသော ရွေးချယ်စရာများထဲမှ တစ်ခုကို ဝိုင်း၍ ဖော်ပြပေးပါ -

ဆရာ၊ဆရာမများသည် မူလတန်း ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူများကို ထိန်းသိမ်းကြပ်မတ်ရန် ရိုက်နှက် ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း ကို အသုံးပြုသင့်ပါသည်။

		သဘောတူသည်			
လုံးဝ		လည်းမဟုတ်		လုံးဝ	
သဘောမတူ	သဘောမ	သဘောမတူသည်	သဘောတူ	သဘောတူ	
ပါ	တူပါ	လည်းမဟုတ်	ပါသည်	ပါသည်	
၁	၂	၃	၄	၅	

သင်၏အချက်အလက်ဇယား/spreadsheet ပရိုဂရမ်ထဲသို့ ထည့်သွင်းသော အချက်အလက်များမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည်။

စဉ်	သင်တန်း တက်ဖူးခြင်း ရှိမရှိ	သဘော(မ)တူ
၁	မတက်ဖူးပါ	၂
၂	တက်ဖူးသည်	၅
၃	မတက်ဖူးပါ	၄
၄	တက်ဖူးသည်	၂
၅	တက်ဖူးသည်	၄
၆	မတက်ဖူးပါ	၁
၇	တက်ဖူးသည်	၁
၈	တက်ဖူးသည်	၃
၉	မတက်ဖူးပါ	၂
၁၀	တက်ဖူးသည်	၂

ဤစစ်တမ်းလေ့လာမှုတွင် ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်နွှယ်မှုကို သင်မည်သို့စစ်မည်နည်း။ ထို့ပြင် ထိုစစ်လေ့လာချက်မှ သင်မည်သည်ကို တွေ့ရှိသနည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

ဤအဆင့်တွင် သင်၏အချက်အလက်များကို ကောက်ယူပြီးဖြစ်ပါက Excel spreadsheet သို့မဟုတ် စာရင်းအင်းဆိုင်ရာ ပရိုဂရမ်တစ်ခုထဲသို့ အချက်အလက်များ စတင်ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။ သင်လေ့လာနေသည့် ကိန်းရှင်အမျိုးအစားကို သိရှိထားပြီး ဖြစ်နိုင်သော်လည်း ၎င်းနှင့်အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်မည့် စိစစ်သုံးသပ်မှုမျိုးကို ရွေးချယ်နိုင်ရန် သေချာအချိန်ယူ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်၏သုတေသနမေးခွန်းကို အဓိကထား၍ ကိန်းရှင်အမျိုးအစားအလိုက် အသုံးပြုနိုင်သည့် စိစစ်သုံးသပ်မှုပုံစံကို မမေ့မလျော့ လေ့လာဆန်းစစ်ပါ။



သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို ပိုင်းခြားစိတ်ဖြာ သုံးသပ်ပြီးသည့်နောက် တွေ့ရှိချက်များနှင့် ပတ်သက်၍ မိတ်ဆွေသူငယ်ချင်း တစ်ဦးအား အကျဉ်းချုပ် ရှင်းပြပြောဆိုခြင်းဖြင့် တွေ့ရှိချက်များကို သင် ကောင်းစွာ သိနားလည်မှုရှိမရှိ စမ်းသပ်စစ်ဆေးကြည့်နိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ သင်၏တွေ့ရှိချက်များအကြောင်း အလွယ်တကူ မရှင်းပြပေးနိုင်လျှင် သင့်အနေဖြင့် ၎င်းတို့ကို ပို၍နံ့စပ်စွာ သိနားလည်အောင် လေ့လာရန် လိုအပ်နေပါသည်။

သုတေသနတွေ့ရှိချက်များနှင့်ပတ်သက်၍ သင် သေချာ နားလည်သိရှိပြီဆိုလျှင် အထက်ပါ အချက်အလက်များအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း ခေါင်းစဉ်အောက်မှ မေးခွန်းများကို အဓိကထား၍ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုရန် ဆက်လက်လုပ်ဆောင်နိုင်ပါသည်။



လေ့လာရန်စာအုပ်စာတမ်းများ

Davies, C. (2020). *A quick guide to quantitative research in the social sciences*. University of Wales Trinity Saint David. <https://repository.uwtsd.ac.uk/id/eprint/1540/>

Löfgren, K. (2015, August 13). *How to create figures in Excel: Survey/questionnaire results/ data / APA Style graphs*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=DjDaNnIYT3s>

တွေ့ရှိချက်များတင်ပြခြင်းနှင့် အသုံးပြုခြင်း

ဤအခန်းပြီးဆုံးသည့်အခါ -



- သင်၏သုတေသနတွေ့ရှိချက်များမှ အကြံပြုချက်များ ဖော်ထုတ်နိုင်မည်။
- သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို တိကျရှင်းလင်း၍ ကျစ်လျစ်ပြည့်စုံသော နည်းလမ်းဖြင့် တင်ပြနိုင်မည်။
- သင်၏သုတေသနတွေ့ရှိချက်များကို အသိပေးဖြန့်ဝေရန်နှင့် အသုံးပြုနိုင်ရန် အစီအစဉ်များနှင့် မဟာဗျူဟာများ ချမှတ်ရေးဆွဲနိုင်မည်။



- ကျစ်လျစ်ပြည့်စုံခြင်း။ လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်ခြင်း
- အကြံပြုခြင်း။ အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာ ပြုလုပ်ရန် အဆိုပြုခြင်း သို့မဟုတ် တိုက်တွန်းခြင်း
- ယုတ္တိရှိခြင်း။ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိ၍ လက်တွေ့ကျခြင်း

အသုံးပြုသုတေသနအကြောင်းကို အခန်း ၁။ သုတေသနဟူသည်အဘယ်နည်း။ တွင် လေ့လာပြီးဖြစ်သည့်အတိုင်း ၎င်းသည် လက်တွေ့ကျသောနည်းလမ်းများဖြင့် ပြဿနာများကိုဖြေရှင်းဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ချင်းပြည်နယ်၊ တီးတိန်မြို့နယ်၊ တီးဗျဲလ်ရွာရှိ ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်များအပေါ် မည်သည့်အကျိုး သက်ရောက်မှုများ ရှိသနည်း” ဟူသော သုတေသနမေးခွန်းအရ သုတေသီအနေဖြင့် သူ သို့မဟုတ် သူမ၏ ရပ်ရွာလူထုအတွင်း ရေရှားပါးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို နားလည်သိရှိလိုပြီး သုတေသန တွေ့ရှိချက်များ အခြေခံ၍ အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဒေသန္တရအစိုးရအဖွဲ့ထံမှ အကူအညီများ ရရှိရန် တိုက်တွန်းတောင်းဆိုရန် ဆန္ဒရှိပါသည်။ ထိုသို့ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် သုတေသီသည် အဓိက ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်သူများနှင့် ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင်များနှင့်အတူ တွေ့ဆုံစည်းဝေးပွဲများပြုလုပ်၍ အခြေအနေများမှာ စိုးရိမ်ရသည့်အတွက် အကူအညီလိုအပ်နေကြောင်း သက်သေအထောက်အထားအဖြစ် ၎င်းတို့၏ တွေ့ရှိချက်များကို တင်ပြနိုင်ပါသည်။

ဤအခန်းကိုလေ့လာခြင်းဖြင့် အကြံပြုချက်များထုတ်ဖော်ခြင်း၊ သင်၏သုတေသနတွေ့ရှိချက်များ တင်ပြခြင်းနှင့် ၎င်းတို့ကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းတို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် အထောက်အကူ ဖြစ်စေမည် ဖြစ်ပါသည်။

အကြံပြုချက်များထုတ်ဖော်ခြင်း

သင်၏အကြံပြုချက်များသည် သုတေသန တွေ့ရှိချက်များနှင့် အပြည့်အဝ ဆက်စပ်မှု ရှိရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သင့်ကိုယ်ပိုင် အတွေ့အကြုံ သို့မဟုတ် သင့်အဖွဲ့အစည်း ၏ ရည်ရွယ်ချက်များ အပေါ် အခြေခံ၍ အဆက်အစပ်မရှိသော အကြံပြုချက်များ မဖော်ထုတ်ပါနှင့်၊ ၎င်းမှာ နောက်ထပ် အကောင်အထည်ဖော် လုပ်ဆောင်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များ ချမှတ်ရာတွင် သင် ကောက်ယူ စုဆောင်းထားသည့် သတင်း အချက်အလက်များကို အသုံးပြုခြင်းမရှိ ပါက သင်၏ သုတေသနသည် အချိန်ကုန် လူပန်းသာ (သင့်အတွက်ရော သင်၏ ဖြေ ဆိုသူများအတွက်ပါ) ဖြစ်သွားပါလိမ့်မည်။ ထို့ပြင် ဆီလျော်မှုမရှိသော အကြံပြုချက် များကြောင့်လည်း လိုအပ်သောစံနှုန်းများ နှင့်မပြည့်မီသော နှင့်/သို့မဟုတ် မယုံကြည် ရသော သုတေသနတစ်ခုအဖြစ် ထင်မြင်ခံ ရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ခိုင်မာသည့်အကြံပြုချက်များမှာ “SMART” ဖြစ်ပါသည် -

အသေးစိတ်ကျခြင်း (Specific) - သင် မည်သည့် အကြောင်းအရာ အတိအကျကို အကြံပြုခြင်း ဖြစ် သနည်း။

တိုင်းတာ၍ရခြင်း (Measurable) - အကြံပြုချက်များ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်မှု အခြေအနေကို တိုင်းတာ နိုင်ပါသလား။

ဖြစ်နိုင်ခြေရှိခြင်း (Achievable) - အကြံပြုချက် များသည် လက်တွေ့ကျမှု ရှိပါသလား၊ လိုအပ်သည့် အရင်းအမြစ်များနှင့် အစိုးရ၏ ကတိကဝတ် ရှိပါက လက်တွေ့ ဆောင်ရွက် နိုင်ပါသလား။

ဆီလျော်မှုရှိခြင်း (Relevant) - အကြံပြုချက်များသည် သင်၏တွေ့ရှိချက်များ၊ ဆွေးနွေးသည့်ကိစ္စရပ်များနှင့် ဆီလျော်မှုရှိပါသလား

အချိန်ကန့်သတ်မှုရှိခြင်း (Time-bound) - အကြံပြု ချက်များ နောက်ဆုံးထား အကောင်အထည် ဖော်ရ မည့် အချိန်ကာလ သတ်မှတ်ထားပါသလား။

အကြံပြုချက်များ မူကြမ်းရေးဆွဲရာတွင် သင်၏ တွေ့ရှိချက်များ ကို လက်တွေ့၊ မူဝါဒပိုင်းဆိုင်ရာ၊ သီအိုရီအရ နှင့် နောက်ပိုင်း သုတေသနများတွင် အသုံးပြုနိုင်မည့် နည်းလမ်း ပုံစံများ စဉ်းစားကြည့်ပါ။ သင်၏အကြံပြုချက်များမှာ အသုံးပြုမည့်သူ၏ ရည်ရွယ်ချက်အလိုက် အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပြီး ရပ်ရွာလူထု အဖွဲ့ဝင်များ၊ ဒေသတွင်း အစိုးရမဟုတ်သော အဖွဲ့အစည်းများ (NGOs) သို့မဟုတ် အရပ်ဘက်အဖွဲ့ အစည်းများ (CBOs) ကဲ့သို့ အကျိုးသက်ဆိုင်သူအသီးသီး အတွက်လည်း အကြံပြုချက် အမျိုးမျိုး ထုတ်ဖော်နိုင်ပါသည်။

ဥပမာအားဖြင့် “ရှမ်းပြည်နယ် မြောက်ပိုင်းမှ အမျိုးသမီးများနှင့် မိန်းကလေးငယ်များသည် ကိုဗစ်-၁၉ ကပ်ရောဂါကြောင့် မည်သို့ ထိခိုက်ခံစားရသနည်း။” ဟူသော သုတေသနမေးခွန်းအတွက် အောက်ပါ အကြံပြုချက်များ ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

- လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာနှင့် နည်းပညာဆိုင်ရာ ကုမ္ပဏီများအနေဖြင့် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ကျား၊မ ရေးရာအခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများကို နောက် (၆) လ အတွင်း လျှော့ချရန်အတွက် စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးခြင်းနှင့် သတင်းပို့ တိုင်ကြားသည့် စနစ်များကို ခေတ်နှင့်အညီ မွမ်းမံပြင်ဆင်သင့်ပါသည်။
- ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဌာနဆိုင်ရာအာဏာပိုင်များ၏ လမ်းညွှန်ချက်များနှင့်အညီ ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူများ ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ အမြန်ဆုံး ကျောင်းပြန်တက်နိုင်ရန် စီမံချက်ချမှတ်သင့်ပါသည်။
- ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် အစိုးရမဟုတ်သောအဖွဲ့အစည်းများအနေဖြင့် အထူးသဖြင့် အခြေခံဝန်ဆောင်မှုများကိုပင် လက်လှမ်းမမီသော ဒေသများမှ မိန်းကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များအတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများကို ဤနှစ်ကုန်ပိုင်းမရောက်မီ အနည်းဆုံး ၅ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးမြှင့် ပေးအပ်သင့် ပါသည်။
- ဘာသာရေးခေါင်းဆောင်များနှင့်အုပ်စုများအနေဖြင့် မိန်းကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များအချင်းချင်း လုံခြုံစိတ်ချရပါက အပြင်မှာကိုယ်တိုင်တွေ့ဆုံ၍ဖြစ်စေ လုံခြုံစိတ်ချရမှုမရှိပါက အွန်လိုင်း သို့မဟုတ် ဖုန်းဖြင့်ဖြစ်စေ အားပေးကူညီနိုင်ရန် ကိုယ်အားကိုယ်ကိုးအဖွဲ့များ ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ပေးသင့်ပါသည်။

ထို့ပြင်လည်း အရေးကြီးဆုံးဖြစ်သော အကြံပြုချက်များကို ထင်ရှားစွာ ဖော်ပြရပါမည်။ မီးမောင်းထိုးပြရမည့် အချက်များကို ရွေးချယ်ရာတွင် ယုတ္တိအရှိဆုံး (နိုင်ငံရေးအရ၊ ဘဏ္ဍာရေးအရ) ဖြစ်သော အကြံပြုချက်များ၊ ၎င်းတို့၏ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အကျိုးသက်ရောက်မှုများ၊ သင်တင်ပြရန် ရည်ရွယ်ထားသူများနှင့် ၎င်းကိုအကောင်အထည်ဖော်ရန် သတ်မှတ်ကာလ စသည်တို့ကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ ဖော်ထုတ်ကြည့်ပါ။

တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များတင်ပြခြင်း

ဤအဆင့်ထိရောက်လာပြီဆိုလျှင် သင်၏စာဖတ်သူများအား ခွဲခြားဖော်ထုတ်ပြီးဖြစ်၍ တွေ့ရှိချက်များနှင့် အဓိက သက်ဆိုင်သော သူများကိုလည်း စဉ်းစားထားပြီး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင်၏သုတေသန တွေ့ရှိချက်များ တင်ပြမည့် ပုံစံသည် စာဖတ်သူများပေါ် မူတည်၍ ပြောင်းလဲသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ သင်၏စာဖတ်သူများမှာ ဒေသခံရပ်ရွာလူထုလား။ သက်တူရွယ်တူလား။ ဒေသဆိုင်ရာအာဏာပိုင်များလား။

သင်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များကို ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် “တင်ပြ” နိုင်ပါသည်။ နှုတ်ဖြင့်တင်ပြခြင်းနှင့် အစီရင်ခံစာများ ရေးသားခြင်းတို့သည် အများဆုံးတွေ့ရလေ့ရှိသည့်ပုံစံများဖြစ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် သုတေသီများသည် လက်ကမ်း ကြော်ငြာစာ/လက်ကမ်းစာစောင်များ၊ သတင်းအချက်အလက်ရုပ်ပြစာစောင်များအပြင် ရုပ်သံဗီဒီယိုများပင် ဖန်တီး၍လည်း လူမှုကွန်ရက် မီဒီယာပေါ်တွင် မျှဝေလေ့ရှိပါသည်။ ဆန်းသစ်တီထွင်ဖန်တီးကြည့်ပါ။ သင်ဦးတည်သည့် စာဖတ်သူများထံ ရောက်ရှိနိုင်မည့် အသင့်လျော်ဆုံးနည်းလမ်းဖြစ်စေရန်သာ အစဉ်သတိချပ်ပါ။

သင်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ တင်ပြခြင်းဆိုင်ရာ အထွေထွေအကြံပြုချက်များ -

- နားလည်ရလွယ်သည့် ရိုးရိုးရှင်းရှင်းအသုံးအနှုန်းများသာ အသုံးပြုပါ။
- သင်ရေးသားထားသည့်စာများ သို့မဟုတ် တင်ပြမှုသည် ရှင်းလင်းမှုရှိမရှိ စစ်ဆေးပေးရန် တစ်ယောက်ယောက်ကို တောင်းဆိုကြည့်ပါ။
- ဖြစ်နိုင်လျှင် စာနှင့် ရုပ်ပြ သတင်းအချက်အလက်များ ပေါင်းစပ်အသုံးပြုပါ။
- လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်ပါစေ။
- သင်၏ဆိုလိုချက်များကို အကျိုးသင့် အကြောင်းသင့် (ဥပမာ - အကြောင်းအရာအလိုက်၊ သို့မဟုတ် အရေးကြီးသည့်အလျောက်) စီစဉ်ထားရှိပါ။
- ကိုးကားချက်များနှင့် အချက်အလက်များ ထည့်သွင်းပါ။
- အစမှအဆုံးတိုင်အောင် အချက်ကျကျ ကျစ်လျစ်ပြည့်စုံစွာ တင်ပြကာ အရေးကြီးဆုံးအချက်များ အကျဉ်းချုပ်၍ နိဂုံးချုပ်ပါ။

နှုတ်ဖြင့်တင်ပြရာတွင် ထွက်ပေါ်လာနိုင်သော မေးခွန်းများအတွက် အစီအစဉ်ချထား၍ ကြိုတင်လေ့ကျင့်ပြင်ဆင် ထားရပါမည်။ အကယ်၍ သင်ပြင်ဆင်ထားသော အချက်များသာ မဟုတ်ဘဲ သင်၏တင်ပြမှုသည် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ရာဖြစ်၍ နားထောင်သူပရိတ်သတ်များနှင့် သက်ဆိုင်မှုရှိပါက ၎င်းတို့အနေဖြင့် သင်တင်ပြသည်ထက်ပို၍ ဆွေးနွေး မေးမြန်းလာ နိုင်ကြောင်းကိုလည်း မျှော်လင့်ထားရပါမည်။



**နှုတ်ဖြင့်တင်ပြရာတွင်
ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်
အချက်များ**



သင်တင်ပြလိုသည့် အဓိကအချက်များကို အကျဉ်းသင့်
အကြောင်းသင့် (ဥပမာ - အကြောင်းအရာ သို့မဟုတ်
အရေးပါမှုအလိုက်) စီစဉ်ထားရှိ၍ လိုရင်းအချုပ်ဖော်ပြပါ။

ကြိုတင်စီစဉ်ထားမှု သို့မဟုတ် မှတ်စုများမရှိဘဲ ပါဝါပွိုင့်
ဆလိုက်များ ရေးသားခြင်း/ဖန်တီးခြင်း။

ကျစ်လျစ်ပြည့်စုံသော မိတ်ဆက်နိဒါန်းနှင့် ကျိုးကြောင်း
ညီညွတ်သည့် နိဂုံးချုပ်အဆုံးသတ်ဖြစ်စေရန် ပြင်ဆင်ပါ။

“တင်ပြမှုကတော့ ဒီလောက်ပါပဲ” သို့မဟုတ် အခြား ထိုကဲ့သို့
ပေါ့ပေါ့တန်တန် ပုံစံမျိုးဖြင့် အဆုံးသတ်ပြောဆိုခြင်း။

လိုရင်းတိုရှင်းဖော်ပြပါ။

အကျဉ်းချုပ်တင်ပြမှုတွင် အသေးစိတ်အချက်အလက်
များ အားလုံးပါဝင်အောင် ထည့်သွင်းခြင်း။

အမေး၊အဖြေကဏ္ဍအတွက် အချိန်ပေးပါ။

သင်ကိုယ်တိုင်နှင့် အခြားသူများကို အလောတကြီး လုပ်
ခြင်း။

ဆလိုက်များပြင်ဆင်ရာတွင် ရိုးရိုးရှင်းရှင်း စကားလုံးများ
သာ အသုံးပြု၍ တညီတညာတည်း (စာလုံး
အရွယ်အစား၊ အရောင်) ဖြစ်ရမည်။

ဆလိုက်များတွင် မလိုအပ်သော သင်္ကေတများနှင့်
အရောင်များ ပြည့်နှက်နေခြင်း သို့မဟုတ် လူအများ မ
ဖတ်နိုင်သည့် စာလုံးသေးများအသုံးပြုခြင်း။

တစ်ကိုယ်တည်းဖြစ်စေ သူငယ်ချင်းများနှင့်ဖြစ်စေ
လေ့ကျင့်ထားပါ။

သင်၏တင်ဆက်မှု အချိန်သတ်မှတ်ရန် မေ့လျော့ခြင်း။

တင်ပြမှုပြုလုပ်မည့်အခန်းနေရာ/ဒေသသို့ စောစီးစွာ
ရောက်ရှိ၍ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပါ။

နောက်ကျရောက်ခြင်း၊ ဖိစီးနေခြင်းနှင့် ကြိုတင်မပြင်ဆင်
ထားခြင်း။

သင်၏ အဓိကအချက်များတင်ပြရာတွင် အမြင်အာရုံ
ဖမ်းစားနိုင်စေရန် တန်ဆာဆင်ထားသည့် ဆလိုက်ချပ်
တွဲများ သို့မဟုတ် စာတိုများ အသုံးပြုပါ။

ဆလိုက်ချပ်တွဲတွင် ပါရှိသည့်ရှင်းလင်းချက်များအတိုင်း
တိုက်ရိုက် ဖတ်ပြခြင်း။

သင်တင်ပြသည့်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ပြင်းပြ
သော စိတ်အားထက်သန်မှုဖြင့် ထုတ်ဖော်ပြသပါ။

အသံအနိမ့်အမြင့်အတက်အကျမရှိဘဲ ငြီးငွေ့ ပျင်းရိဖွယ်
ကောင်းသော အသံနေအသံထားဖြင့် ပြောဆိုခြင်း။

ရှင်းလင်းပြတ်သားစွာ ဖြည်းဖြည်းချင်း ပြောဆိုပါ။

စကားပြောအရမ်းမြန်နေခြင်း။

နားထောင်သူပရိတ်သတ်များနှင့် မျက်လုံးချင်းဆုံ၍ ၎င်း
တို့စိတ်ပါဝင်စားလာအောင် ပြုလုပ်ပါ။

သင်၏မှတ်စုများ သို့မဟုတ် ဆလိုက်များကိုသာ ကြည့်
နေခြင်း။

သင်နှင့် နားထောင်သူပရိတ်သတ်များ ဆောင်ရွက်ရမည့်
နောက်လုပ်ငန်းစဉ် အဆင့်များ ထည့်သွင်းပါ။

နားထောင်သူပရိတ်သတ်များအား ကျေးဇူးတင်စကားမ
ပြောဆိုခြင်း။

အောက်ပါတို့မှာ မတူညီသောပုံစံနှစ်မျိုးဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည့် နမူနာဆလိုက်များ ဖြစ်ပါသည် - တစ်ခုမှာ အကြောင်းအရာ အလိုက် သက်ဆိုင်ရာ တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များဖြင့် တင်ပြထားသော ဆလိုက်ဖြစ်ပြီး နောက်တစ်ခုမှာ တင်ပြမှုအဆုံးတွင်မှ အကြံပြုချက်များ ဖော်ပြထားသောဆလိုက်များ ဖြစ်ပါသည်။

ပညာရေးကဏ္ဍ	အကြံပြုချက်များ
အဓိကတွေ့ရှိချက် - • ဖြေဆိုသူ ၄၂ ရာခိုင်နှုန်းသည် အွန်လိုင်းသင်ကြားမှုများ ပုံမှန် မရရှိကြပါ။ • ဖြေဆိုသူ ၈၈ ရာခိုင်နှုန်းသည် သုံးလကျော် (၂၀၂၁ ခုနှစ် စက်တင်ဘာလမှစ၍) ကျောင်းတက်ရောက်နိုင်ခြင်း မရှိပါ။ အကြံပြုချက် -  ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကျောင်းပြန်ဖွင့်နိုင်ရေးအတွက် စီမံချက်ချမှတ်သင့်ပါသည်။	 ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ဘေးကင်းလုံခြုံစွာ ကျောင်းပြန်ဖွင့်နိုင်ရေးအတွက် စီမံချက် ချမှတ်သင့်ပါသည်။  ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် NGOs များအနေဖြင့် မိန့်ကလေးများနှင့် အမျိုးသမီးငယ်များ အတွက် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးဝန်ဆောင်မှုများ တိုးမြှင့်ပေးအပ်သင့်ပါသည်။  လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာနှင့် နည်းပညာပိုင်းဆိုင်ရာ ကုမ္ပဏီများအနေဖြင့် အွန်လိုင်းပေါ်တွင် ကျား၊မရေးရာ အခြေပြု အကြမ်းဖက်မှုများ လျော့ချရန် စောင့်ကြည့် စစ်ဆေးရေးနှင့် သတင်းပို့တိုင်ကြားသည့်စနစ်များကို ခေတ်နှင့်အညီမွမ်းမံသင့်ပါသည်။

ဆလိုက်များတွင် အဓိကကျသော အချက်များသာ ထည့်သွင်းထားကြောင်း သတိပြုပါ။ သို့သော်ငြားလည်း ဆလိုက်ပါ အချက်အလက်များကို ပြည့်စုံစေရန် တင်ပြသူအနေဖြင့် အကြံပြုချက်များအတိုင်း အကောင်အထည်ဖော်ရန် သတ်မှတ်ကာလ၊ တွေ့ရှိချက်များနှင့် ဆက်စပ်စဉ်းစားရမည့် အကြောင်းအရာများ အစရှိသည်တို့အတွက် နှုတ်ဖြင့်လည်း ဖြည့်စွက် ပြောပြသင့်ပါသည်။

သင်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ စနစ်တကျတင်ပြခြင်းသည် အထူးသဖြင့် ရှေ့ဆက်လုပ်ရမည့်လုပ်ငန်းများကို တိကျပြတ်သားစွာ အကြံပြုတင်ပြခြင်းသည် သင်ဦးတည်သောသူများအား ထိုအကြံပြုချက်များအတိုင်း အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်နိုင်ရန် တွန်းအားပေးရာလည်း ရောက်ပါသည်။ ထိုနည်းလည်းကောင်းပင် ထိရောက်မှုမရှိသော တင်ပြမှုမျိုးသည် လိုအပ်သောစံနှုန်းများနှင့်မပြည့်မီသဖြင့် ယုံကြည်၍မရသော သုတေသနအဖြစ် ထင်မြင်ယူဆခံရ နိုင်ပါသည်။ ထိုအတွက်ကြောင့် စေ့စပ်သေချာစွာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုနှင့်အတူ ကြိမ်ဖန်များစွာ သေချာ လေ့ကျင့်ထားရမည် ဖြစ်ပါသည်။

တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ အသိပေး ဖြန့်ဝေခြင်း

အကယ်၍ သင့်ကိုယ်ပိုင်လုပ်ငန်း သို့မဟုတ် အဖွဲ့အစည်းထက်ကျော်လွန်၍ သင်၏သုတေသနကို အသုံးပြုစေလိုပါက သင်ဦးတည်သည့်သူများထံ ရောက်ရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေ လေ့လာရန် လိုအပ်ပါသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် အောက်ပါအချက်များအပါအဝင် အခြားနည်းလမ်းများစွာ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာ သို့မဟုတ် သက်ဆိုင်ရာ ဝက်ဘ်ဆိုက်များ တွင် မျှဝေခြင်း
- စိတ်ပါဝင်စားသော အဖွဲ့အစည်းများနှင့် မျှဝေခြင်း
- အချို့စာကြည့်တိုက်များ သို့မဟုတ် ကွန်ပျူတာစနစ်ဖြင့် သတင်း အချက်အလက်များ စုဆောင်းသိမ်းဆည်းရာ (database) နေရာတွင် သင်၏အစီရင်ခံစာကို ထည့်သွင်းနိုင်ရန် မေးမြန်း စုံစမ်းခြင်း
- သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးပွဲကျင်းပခြင်း သို့မဟုတ် အခြားပုံစံဖြင့် တင်ပြခြင်း
- သတင်းထုတ်ပြန်ကြေညာခြင်း
- အီးမေးလ် သို့မဟုတ် အခြားနည်းလမ်းများမှတစ်ဆင့် အဓိကအရေးပါသူများနှင့် မျှဝေခြင်း
- အဓိကအကျိုးသက်ဆိုင်သူများအား ၎င်းတို့၏ အသိုင်းအဝိုင်းအတွင်း ပြန်လည်မျှဝေပေးရန် တောင်းဆိုခြင်း
- သင်၏သုတေသနအကြောင်း ထည့်သွင်းဖော်ပြပေးနိုင်မည့် သတင်းလွှာများကို ရွေးချယ် ဖော်ထုတ်ခြင်း
- သက်ဆိုင်ရာဂျာနယ် သို့မဟုတ် ညီလာခံသို့ သင်၏သုတေသနစာတမ်း တင်သွင်းခြင်း



သင်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့်အစီရင်ခံစာ အပြည့်အစုံကို သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသူများနှင့် သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ် တစ်လျှောက် ကူညီပေးခဲ့ သူတိုင်းနှင့် မျှဝေခြင်း သည် အလေ့အထကောင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့၏ ပံ့ပိုးကူညီပေးမှုများကို အသိအမှတ်ပြု၍ ကျေးဇူးတင်ကြောင်း သေချာဖော်ပြရပါမည်။

သင်ရွေးချယ်သည့်နည်းလမ်းမှာ သင်၏ရည်မှန်းချက်၊ အရင်းအမြစ်များနှင့် သင်၏ သုတေသန အရည်အသွေးပေါ်တွင်လည်း မူတည်နေပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်၏သုတေသန အရည်အသွေးနှင့် ပတ်သက်၍ ယုံကြည်စိတ်ချမှု မရှိပါက ၎င်းကို ပညာရေးဆိုင်ရာ ဂျာနယ်တစ်ခုတွင် တင်သွင်းနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

တွေ့ရှိချက်များ လက်တွေ့အသုံးချခြင်း

များသောအားဖြင့် တွေ့ရှိချက်များကို လက်တွေ့အသုံးချသူသည် သုတေသီကိုယ်တိုင် ဖြစ်နေနိုင်ပါသည်။ ဤနေရာတွင် သုတေသနစီမံကိန်း၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုသည် သင့်လက်ထဲတွင်သာ ရှိနေပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် သင်သည် သင်၏ရပ်ရွာလူထုအခြေပြု စာသင်ကျောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ၏ ကျေနပ်အားရမှုအကြောင်း သုတေသနပြုနေသည်ဟု စိတ်ကူးကြည့်ပါ။ သုတေသနပြုလုပ်ပြီးသည့်နောက် သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို သင့်အဖွဲ့နှင့် အတူ စစ်ဆေးကြည့်ရှု၍ ၎င်းတို့ထံမှ သင်ယူလေ့လာပါ။ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများက ကျေနပ်အားရမှု ရှိပါသလား။ ၎င်းတို့က မည်သည်တို့ကို အကြံပြုထားသနည်း။ ထိုအကြံပြုချက်များမှာ လက်တွေ့ကျပါသလား။ သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို အသုံးချနိုင်ပြီး ထိုကျောင်းမှ ဆရာ၊ ဆရာမများအပြင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများနှင့်လည်း ပူးပေါင်းဆွေးနွေး၍ အကြံပြုချက်များပင် ဖော်ထုတ်နိုင်ပါသည်။ ထို့နောက် ၎င်းတို့ကို သတ်မှတ်ကာလအတွင်း အကောင်အထည်ဖော်ရန် လုပ်ငန်းစီမံချက် ချမှတ်ပါ။

အချို့သောကိစ္စရပ်များတွင် တွေ့ရှိချက်များအသုံးချခြင်းသည် ထိုအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ နောက်ထပ် သုတေသန ပြုလုပ်ရန်ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သင်၏အချက်အလက်များနှင့် တွေ့ရှိချက်များကို အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုပြီးနောက် နောက်ထပ် သုတေသန ပြဿနာတစ်ရပ်ကို သင်တွေ့ရှိသွားနိုင်ပါသည်။



မည်သို့ပင်ဖြစ်စေ အစီအစဉ်တကျပြုလုပ်ထားသော ရပ်ရွာအဆင့် အသုံးချသုတေသနတိုင်းသည် များစွာ အကျိုးပြုနိုင်ပါသည်။ ၎င်းသည် ပြဿနာဖြေရှင်းရေးအတွက်သာမက ရပ်ရွာလူထုနှင့် ချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင် တတ်သော ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ရပ် ဖန်တီးခြင်း၊ ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျကျ ဆန်းစစ်ဝေဖန်အကဲဖြတ်ရန် တိုက်တွန်းခြင်းနှင့် အထောက်အထားအခြေခံ၍ ဆုံးဖြတ်ချက်ချမှတ်ခြင်းနှင့် ကိုယ်တိုင်လေ့လာရန်တို့အတွက်လည်း အကျိုးဖြစ်စေပါသည်။ ထိုအတွက် လုပ်ရကျိုးနပ်ပါလိမ့်မယ်။



မြန်မာနိုင်ငံတွင် သုတေသနရလဒ်များကို လက်တွေ့အသုံးချသော နမူနာ ဖြစ်ရပ်များ သင်သိပါသလား။ သိပါက ထိုသုတေသနလုပ်ငန်းစဉ်နှင့် တွေ့ရှိချက်များ အသုံးချ သည့်ပုံစံများကို ရှာဖွေလေ့လာကြည့်ပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၄.၁

သင်သည် “မြန်မာနိုင်ငံရှိ ကရင်လူမျိုးများကြား စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုရရှိခြင်း” ခေါင်းစဉ်ဖြင့် သုတေသနစီမံကိန်းတစ်ခုဆောင်ရွက်နေသည်ဟု စိတ်ကူးပုံဖော်ကြည့်ပါ။ စီမံကိန်း ရည်မှန်းချက်များမှာ ကရင်လူမျိုးများ ကြား စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လက်လှမ်းမီ ရရှိသည့်အခြေအနေများကို လေ့လာဆန်းစစ်ရန်နှင့် ရရှိမှု အခြေအနေများ တိုးတက်ကောင်းမွန်စေ ရန် ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းအဆင့်များ ဖော်ထုတ်သတ်မှတ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

သင်၏သုတေသနအစီရင်ခံစာနှင့် တွေ့ရှိချက်များကို မည်သို့အသိပေးဖြန့်ဝေမည်နည်း။

သင်၏စီမံကိန်း

သင်၏တွေ့ရှိချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များ အသိပေးဖြန့်ဝေရန်နှင့်/သို့မဟုတ် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရန် လုပ်ငန်းစီမံချက်တစ်ရပ် ချမှတ်ပါ။ မည်သည့်အရင်းအမြစ်များအသုံးပြု၍ မည်သို့ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မည်နည်း။

အောက်ပါဇယားကို နမူနာပုံစံအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည် -

	လုပ်ငန်းအဆင့်များ	လုပ်ဆောင်မည့်သူ	သတ်မှတ်ကာလ	ရှိပြီး အရင်းအမြစ်များ	လိုအပ်သည့်အရင်းအမြစ်များ	ချိတ်ဆက်ရမည့်သူများ
	မည်သည်ကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သနည်း။	မည်သူက လုပ်ဆောင်မည်နည်း။	ဤအဆင့်အတွက် နောက်ဆုံးထားဆောင်ရွက်ရန်အချိန်မည်သို့ သတ်မှတ်ထားသနည်း။	သင့်ထံတွင် မည်သည့်အရင်းအမြစ်များ ရှိထားပြီး ဖြစ်သနည်း။	မည်သည့်အရင်းအမြစ်များ သင်လိုအပ်သနည်း။	ဤအကြောင်းနှင့် ပတ်သက်၍ မည်သူ့ထံ ဆက်သွယ်ရန်/အသိပေးရန် လိုအပ်သနည်း။
၁						
၂						
၃						
၄						
၅						
၆						

လေ့ကျင့်ခန်းအဖြေများ



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၁

- စနစ်ကျသော သုတေသနဟူသည်မှာ သတ်မှတ်ထားသည့်မေးခွန်းတစ်ခုကို တုံ့ပြန်ဖြေရှင်းနိုင်ရန်အတွက် အသိပညာ ဗဟုသုတအသစ်များ ရှာဖွေ၍ စနစ်တကျ စီမံဆောင်ရွက်ရသော လုပ်ငန်းစဉ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။
- အဖြေအမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပါသည်။ အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည့် စနစ်ကျသော သုတေသန သုံးခုဖြစ်ပါသည် - ၁) ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူများကို အစီအစဉ်တကျဖြစ်သော နည်းလမ်းဖြင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းကာ ၎င်းတို့ ပြောပြသော အချက်များကို စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် လူများ ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်ရသည့် အကြောင်းရင်းများကို သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း၊ ၂) စားသောက်ကုန် ပစ္စည်းအမျိုးမျိုး၏ ဈေးနှုန်းအချက်အလက်များ ကောက်ယူပြီး စိစစ်သုံးသပ်ခြင်းဖြင့် ကျန်းမာစွာစားသောက်ခြင်းအတွက် ကုန်ကျစရိတ်အကြောင်း သုတေသန ပြုလုပ်ခြင်း၊ ၃) သစ်တောပြုန်းတီးရာ နယ်မြေတစ်ခုမှ ဒေသခံများနှင့် တွေ့ဆုံမေးမြန်းခြင်း သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးခြင်းဖြင့် ရပ်ရွာလူထုအပေါ် ၎င်း၏သက်ရောက်မှုများအကြောင်း သုတေသန ပြုလုပ်ခြင်း။
- ပြဿနာကိစ္စရပ်များကို လက်တွေ့ကျသော နည်းလမ်းဖြင့် ဖြေရှင်းရာတွင် သတင်းအချက်အလက်အသစ် အသုံးပြုထားပါက အထက်ပါဥပမာများမှာ အသုံးပြုသုတေသနများ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအနေဖြင့် NGO များသည် အကုန်အကျသက်သာပြီး ကျန်းမာရေးနှင့် လည်း ညီညွတ်စွာ စားသောက်ရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ရပ်ရွာလူထုအား အသိပညာပေးမည့် နည်းလမ်းကို ရွေးချယ်ဆုံးဖြတ်ရာတွင် ကျန်းမာစွာ စားသောက်ခြင်းအတွက် ကုန်ကျစရိတ် အကြောင်း သုတေသနကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၂

အဖြေအမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁.၃

စေတနာ့ဝန်ထမ်းများသည် စခန်းအတွင်းမှ ကလေးသူငယ်များ၏ စိတ်ဝင်စားမှုနှင့် လိုအပ်ချက်များကို သုတေသန ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ အကယ်၍ ၎င်းတို့သည် အတန်းများ မဖွင့်လှစ်မီ သုတေသနအချို့

ပြုလုပ်ထားပြီးပါက စိတ်ပါဝင်စားသည့် ကလေးသူငယ်များနှင့်လူငယ်များ အရေအတွက်၊ စိတ်ဝင်စား ရသည့်အကြောင်းရင်း (အင်္ဂလိပ်စာ သင်ကြားလိုသည့် ရည်ရွယ်ချက်များ)၊ ၎င်းတို့၏ အင်္ဂလိပ်စာစွမ်း ရည်အဆင့်၊ သင့်လျော်သောအချိန် အစရှိသည်တို့နှင့် ပတ်သက်သော သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိပြီး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုသတင်းအချက်အလက်များသည် ၎င်းတို့ဦးတည်သည့် အုပ်စုအလိုက် ထိရောက် သောအတန်းပုံစံပြင်ဆင်ရာတွင် ထောက်ကူပေးလိမ့်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤဖြစ်ရပ်လေ့လာခြင်းမှတစ်ဆင့် နေ့စဉ်ဘဝတွင် သုတေသနပြုလုပ်ခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများကို သိရှိနိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၂.၁

၃။ **စာအုပ်စာတမ်းများလေ့လာသုံးသပ်ခြင်း။** ရေအသုံးပြုမှုနှင့်ပတ်သက်သော စာအုပ်များ၊ ဆောင်းပါး များနှင့် သတင်းများကို လိုက်လံဖတ်ရှုပြီး လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် ယခင်က သုတေသနပြုလုပ်ခဲ့ဖူး သော အသိမိတ်ဆွေများနှင့်အတူ ကျွန်ုပ်၏စီမံကိန်းအကြောင်း ဆွေးနွေးပြောဆိုခဲ့ပါသည်။ စာအုပ် စာတမ်းများမှ တွေ့ရှိသည့် အရေး ကြီးသတင်းအချက်အလက်များကို ရေးချထားပြီး ဖတ်ရှုပြီးသည့် စာ များကို မှတ်စုရေးမှတ်ထားပါသည် (ခေါင်းစဉ်၊ စာရေးသူ၊ ခုနှစ်၊ နှင့် ထုတ်ဝေသူ)။

၇။ **အချက်အလက်ကောက်ယူခြင်း။** ကျွန်ုပ်နေထိုင်ရာ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် သုတေသန ပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်သောကြောင့် ပါဝင်ဖြေဆိုမည့်သူများရရှိရန် အတော်လေး လွယ်ကူခဲ့ပါသည်။ ထို့ပြင် ကံကောင်းထောက်မစွာဖြင့် ကျွန်ုပ်အတွက် အချိန်အလုံအလောက် ရရှိခဲ့သဖြင့် တစ်အိမ်တက် တစ် အိမ်ဆင်း သွားရောက်ခဲ့ပြီး အိမ်ထောင်မိသားစု တစ်စုစီရှိ အရွယ်ရောက်ပြီးသူများကို နောက်သုံးရက် အကြာ၌ ပြုလုပ်မည့် ဦးတည်အုပ်စုလိုက် ဆွေးနွေးပွဲတွင် ပါဝင်ပေးရန် ဖိတ်ခေါ်ခဲ့ပါသည်။ အများစုက ပါဝင်ရန် သဘောတူခဲ့သော်လည်း အချို့ကမူ ပါဝင်နိုင်ခြင်းမရှိသောကြောင့် နောက်ဆုံးတွင် တစ် အုပ်စုလျှင် ရွာသူ/သား (၆) ဦး မှ (၈) ဦးဖြင့် အုပ်စု (၆) စု ဖွဲ့ကာ တွေ့ဆုံမေးမြန်းခဲ့ပါသည်။ အင်တာဗျူး မေးမြန်းမှုများကို အသံဖမ်းယူကာ (ဖြေဆိုသူများ၏ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့်) မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပြီး သုတေသန လက်ထောက်တစ်ဦး၏ အကူအညီဖြင့် မှတ်စုရေးသားချက်များကို ရယူခဲ့ပါသည်။

၁။ **လေ့လာလိုသည့်နယ်ပယ်ရှာဖွေခြင်း။** ကျွန်ုပ်သည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များတွင် စိတ်ပါဝင်စားသောကြောင့် သက်ဆိုင်ရာ စာအုပ်စာတမ်းများ၊ သတင်း ဆောင်းပါးများကို ရှာဖွေဖတ်ရှု ခဲ့ပြီး လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် အတူ ဝိုင်းဝန်းဆွေးနွေး အဖြေရှာ၍ ကျွန်ုပ်၏ ရပ်ရွာလူမှု အသိုက်အဝန်း တွင် ဖြစ်ပျက်နေသည့်အရာများကို စောင့်ကြည့် လေ့လာခဲ့ပါသည်။

၅။ **နမူနာကောက်ယူခြင်းနည်းစနစ်။** နောက်တစ်ဆင့်အနေဖြင့် သုတေသနတွင် ပါဝင်ဖြေဆိုသင့် သူများနှင့် ၎င်းတို့ကို ရှာဖွေရမည့် နည်းလမ်းအတွက် စဉ်းစားရွေးချယ်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဖြေဆို သူများသည် ၁) တီးဗျဲလ်ရွာတွင် နေထိုင်သူဖြစ်ရမည် ဖြစ်ပြီး ၂) အသက် ၁၈ နှစ် အထက် ဖြစ်ရမည်ဟု ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။

၂။ သုတေသနပြဿနာနှင့် သုတေသနမေးခွန်း။ ကျွန်ုပ်တို့ကိုယ်တိုင် နားလည်သိရှိလိုက်ရသည့်အရာမှာ ကျွန်ုပ်၏ ရပ်ရွာ လူမှု အသိုက်အဝန်းအတွင်း သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ အဓိက ကိစ္စရပ်သည် ရေမရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤအကြောင်းကြောင့် ဒေသခံ လူမှုအသိုက်အဝန်းအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို သိရှိလိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်၏ သုတေသနမေးခွန်းမှာ “ရေရှားပါးမှုများကြောင့် ချင်းပြည်နယ်၊ တီးတိန်မြို့နယ်၊ တီးဗျဲလ်ရွာမှ ဒေသခံများအပေါ် မည်သည့်အကျိုးသက်ရောက်မှုများ ရှိသနည်း” ဖြစ်ပါသည်။

၁၀။ လက်တွေ့ကျင့်သုံးခြင်း။ ဤသုတေသနစီမံကိန်း ပြုလုပ်ရသည့် ရည်ရွယ်ချက်မှာ ကျွန်ုပ်၏ ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းတွင် ရေရှားပါးမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အကျိုးသက်ရောက်မှုများကို နားလည်သိရှိနိုင်ရန်ဖြစ်ပြီး NGO များနှင့် ဒေသန္တရအစိုးရအဖွဲ့တို့ထံမှ အကူအညီ ရရှိနိုင်ရန်အတွက် အကြံပြုတင်ပြရာတွင် အသုံးပြုမည် ဖြစ်ပါသည်။ မကြာခင် ကျွန်ုပ်တို့သည် အဓိက ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်သူများနှင့် အစည်းအဝေးပြုလုပ်၍ စိုးရိမ်ရသော အခြေအနေဖြစ်ကြောင်းနှင့် အကူအညီလိုအပ်နေကြောင်း သက်သေ အထောက်အထားအနေဖြင့် ကျွန်ုပ်၏ သုတေသန အစီရင်ခံကို တင်ပြမည်ဖြစ်ပါသည်။

၄။ သုတေသနနည်းလမ်း။ ထို့နောက် ကျွန်ုပ်အသုံးပြုသင့်သည့် သုတေသနနည်းစနစ်နှင့် နည်းလမ်းများကို ပြင်ဆင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ရေအသုံးပြုမှုနှင့် သက်ဆိုင်သော သုတေသနအစီရင်ခံစာများကို ဖတ်ရှုလေ့လာ၍ ကျွန်ုပ်၏ သုတေသန မေးခွန်းကို သုံးသပ်ဆင်ခြင်ပြီးနောက် ထိရောက်မှုရှိပြီး အချိန်ကုန်သက်သာစေမည့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးသည့် နည်းလမ်းကို အသုံးပြုကာ အရည်အသွေး စံပြု လေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ပါသည်။

၆။ အင်တာဗျူးလမ်းညွှန်နှင့် ရှေ့ပြေးလေ့လာခြင်း။ ထို့နောက် လွတ်လပ်စွာ ဖြေဆိုနိုင်သော အဖွင့် မေးခွန်းများ ပါဝင်သည့် အင်တာဗျူးလမ်းညွှန်တစ်ခု ပုံဖော်ဖန်တီးခဲ့ပါသည်။ သို့မှသာ ဖြေဆိုသူများသည် ၎င်းတို့၏ ထင်မြင်ယူဆချက်များနှင့် အတွေ့အကြုံများကို ၎င်းတို့ အလိုရှိသည်အတိုင်း သတင်းအချက်အလက်များ ပိုမို ဖြည့်စွက်ပြောဆိုနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်ုပ်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များနှင့် မိတ်ဆွေများသည်လည်း မေးခွန်းများ ပြင်ဆင်တည်းဖြတ်ရာတွင် ကူညီပေးခဲ့ကြပါသည်။ ထို့နောက် ရပ်ရွာလူထုအဖွဲ့ဝင် (၃) ဦးနှင့် ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုတစ်ခု ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

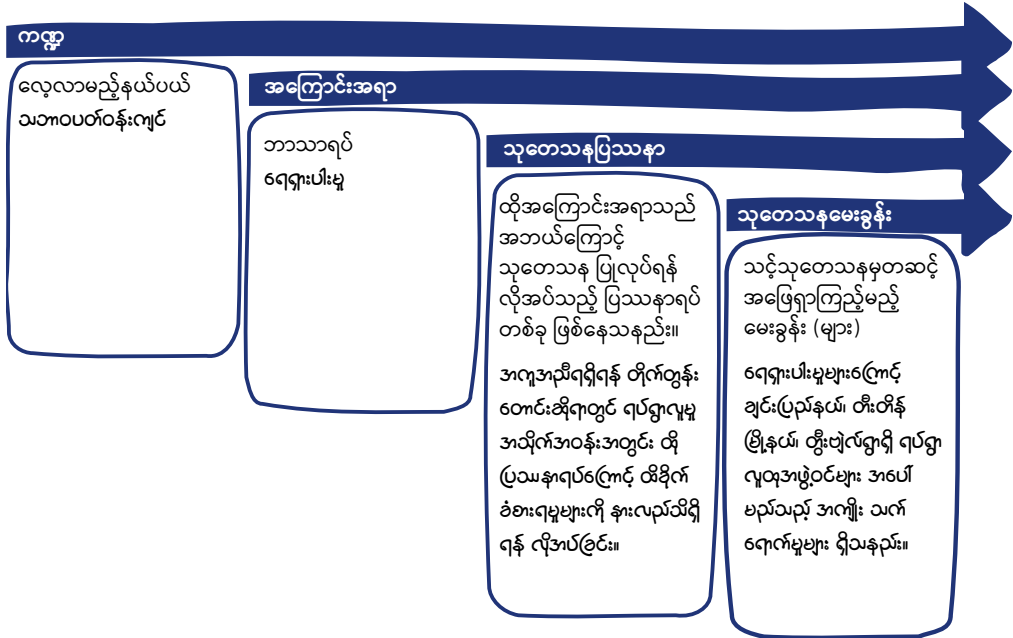
၉။ အစီရင်ခံစာရေးသားခြင်းနှင့် အသိပေးဖြန့်ဝေခြင်း။ ထို့နောက် သုတေသန လေ့လာမှုမှ ထွက်ပေါ်လာသည့် ရလဒ်များ (တွေ့ရှိချက်များ) ဖြင့် အစီရင်ခံစာ တစ်စောင် ရေးသားခဲ့ပါသည်။ ဆက်လက်ပြီး ထိုအစီရင်ခံစာကို ပါဝင်ဖြေဆိုသူများနှင့် သက်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများ၊ ကျွမ်းကျင်အတတ် ပညာရှင်များ၊ နှင့် တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများနှင့်အတူ မျှဝေခဲ့ပါသည်။

၈။ အချက်အလက်များစိစစ်သုံးသပ်ခြင်း။ ရပ်ရွာနေ သုတေသနဖြေဆိုသူ (၄၀) ဦးထံမှ အချက်အလက်များကို ကောက်ယူစုစည်းပြီးနောက် ပိုင်းခြားစိစစ်သုံးသပ်ခဲ့ပါသည်။ ဖမ်းယူထားသော အသံဖိုင်များကို သေချာအချိန်ယူနားထောင်၍ ဖြေဆိုသူများ ပြောဆိုသောကြောင်းအချက်တိုင်းကို ရေးချမှတ်သား

ခဲ့ပါသည်။ အချက်အလက်များကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ဂရုတစိုက် ဖတ်ရှုပြီးနောက် ဖြေဆိုသူများ ဆွေးနွေးထားသည့်အချက်များထဲမှ ဘုံတူညီသောအကြောင်းအရာများကို တွေ့ရှိခဲ့ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၁



လေ့ကျင့်ခန်း ၃.၂

အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော/အဆိုပြုထားသော အဖြေများ ဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖြေများလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

၁။ စာတုဇာတ်မြေ(မြေအများအသုံးပြုခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းရှိ တောင်သူလယ်သမားများ၏ ဝင်မြင်ချက်များမှာ မည်သို့ရှိသနည်း။

၂။ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရှိ ဘာသာရေးစခန်းစောင့်ရှောက်ရေးသမားများ၏ နိုင်ငံရေးခံယူချက်များအပေါ် မည်သို့ လွှမ်းမိုး ထားသနည်း။

၃။ မိသားစုဝင်ငွေသည် အထက်တန်းကျောင်းသားကျောင်းသူများ၏ တက္ကသိုလ်တွင် အဓိကဘာသာရပ်များ ရွေးချယ်မှု အပေါ် သက်ရောက်မှုရှိပါသလား။ ရှိပါက မည်သို့ဖြစ်သနည်း။



လေ့ကျင့်ခန်း ၄.၁

၁။ <https://factsanddetails.com> သည် ယုံကြည်စိတ်ချရသည့်ဝက်ဘ်ဆိုက်တစ်ခု မဟုတ်ပါ။ “[About This Project](#)” နေရာတွင် ဝက်ဘ်ဆိုက်တည်ထောင်သူက ၎င်းသည်ကျွမ်းကျင်သူတစ်ယောက်မဟုတ်ကြောင်းနှင့် ထိုဆောင်းပါးများကို ဖန်တီးရာတွင် ၎င်းအသုံးပြုသည့် အရင်းအမြစ်အမျိုးမျိုးကို တိုက်ရိုက်ကိုးကားထားခြင်း (ရည်ညွှန်းဖော်ပြခြင်း) မရှိကြောင်း ရှင်းပြထားပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “[Kachin Ethnic Group](#)” ကိုကြည့်ပါ။ စာဖတ်သူအနေဖြင့် ထိုဖော်ပြထားသော အချက်များ (ဥပမာ မြစ်ကြီးနားမြို့ လူဦးရေသည် ခန့်မှန်းခြေ ၁၅၀,၀၀၀ ခန့် ရှိသည်) ၏ မူလအရင်းအမြစ်ကို ဘယ်လိုမျှမသိရှိနိုင်ပါ။

၂။ www.droughtmanagement.info သည် ယုံကြည်စိတ်ချရသောဝက်ဘ်ဆိုက်တစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ Drought management စာကြည့်တိုက်မှ အစီရင်ခံစာများတွင် အဖွဲ့အစည်း၊ စာရေးသူ၊ သို့မဟုတ် ထုတ်ဝေသူတို့ အမည်များ ဖော်ပြထားပါသည်။ ၎င်းတို့တွင် ထုတ်ဝေသည့်ရက်စွဲနှင့် အကိုးအကားများလည်း ပါဝင်သည်။ ထို့ပြင်အစီရင်ခံစာအများစု မှာ ကမ္ဘာ့ဘဏ်၊ ကုလသမဂ္ဂ စားနပ်ရိက္ခာနှင့် စိုက်ပျိုးရေးအဖွဲ့ (FAO) ကဲ့သို့ ယုံကြည်စိတ်ချရသော အဖွဲ့အစည်းများမှ ဖြစ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၁

ပုံဖော်တင်ပြ၍ နားလည်စေရန် / ပို၍ကြီးမားသည် / ကိန်းဂဏန်းများ / ပုဂ္ဂလဓိဋ္ဌာန်ကျခြင်း / အကြောင်းအရာများ၏ အဓိပ္ပာယ်သက်ရောက်မှု / ပို၍သေးငယ်သည် / အကြောင်းအရာတစ်ခုခု၏ အတိုင်းအတာပမာဏ / နှုတ်ထွက်စကား / ကျယ်ပြန့်မှု / ရှင်းချက်ထုတ်၍ ခြုံငုံကောက်ချက်ချရန်

	အရည်အသွေးစံပြသုတေသန နည်းစနစ်	အရေအတွက်စံပြသုတေသန နည်းစနစ်
၎င်း၏ရည်ရွယ်ချက်မှာ...	ပုံဖော်တင်ပြ၍ နားလည်စေရန်	ရှင်းချက်ထုတ်၍ ခြုံငုံကောက်ချက်ချရန်
၎င်းအဓိကထားသည့်အရာမှာ...	နက်နဲမှု	ကျယ်ပြန့်မှု
၎င်းလေ့လာသည့်အရာမှာ...	အကြောင်းအရာများ၏ အဓိပ္ပာယ်သက်ရောက်မှု	အကြောင်းအရာတစ်ခုခု၏ အတိုင်းအတာပမာဏ

	အရည်အသွေးစံပြုသုတေသန နည်းစနစ်	အရေအတွက်စံပြုသုတေသန နည်းစနစ်
၎င်းတန်ဖိုးထားသည် မှာ...	ပုဂ္ဂလိကဌာနလျှင်	ဓမ္မဓိဌာနလျှင်
အချက်အလက်များမှာ...	နှုတ်ထွက်စာရင်း	ကိန်းဂဏန်းများ
နမူနာများမှာ...	ပိုရှ်သေးငယ်သော	ပိုရှ်ကြီးမားသော



လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၂

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကြောင့် အသေးစားနှင့် အလတ်စားစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှုများ - တရုတ်နိုင်ငံတွင် ဖုန်းဖြင့်နှစ်ကြိမ်စစ်တမ်းကောက်ယူမှုများမှ သက်သေအထောက်အထား တွင် သုတေသီများသည် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ နာလန်ပြန်ထူလာရန် ကြာချိန် (အချိန်မည်မျှ) နှင့် ဝန်ထမ်းအရေအတွက်မည်မျှ ထိခိုက် ခံစားရကြောင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ လုပ်ငန်းဝင်ငွေနှင့် ကုန်ကျငွေမည်မျှ ထိခိုက်ကြောင်း သိရှိလိုသောကြောင့် အရေအတွက်စံပြု လေ့လာမှုတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အချက်အလက်များကို ကိန်းဂဏန်းများဖြင့် (ဥပမာ - လ၊ နှစ်၊ ဝန်ထမ်းအရေအတွက်) ကောက်ယူမည် ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့အသုံးပြုသည့် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာကို [ဤနေရာ](#)^{၁၅} တွင် ဖတ်ရှုနိုင်ပါသည်။

လုပ်ငန်းခွင်ဝင်ဆရာအတတ်ပညာသင်တန်း - မြန်မာနိုင်ငံ၊ ရန်ကုန်မြို့ရှိ တက္ကသိုလ်ဆရာ၊ ဆရာမများ၏ တိုးတက်မှုလေ့လာချက် တွင် တက္ကသိုလ်ကထိက ရှစ်ဦး (သေးငယ်သော နမူနာအရွယ်အစား) ၏ ရှုထောင့်အမြင်များကို လေ့လာဖော်ထုတ်ထားသောကြောင့် အရည်အသွေးစံပြုလေ့လာမှု တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ အခြားသဲလွန်စတစ်ခုမှာ အရည်အသွေးအဓိကထားသော နည်းလမ်းဖြစ်သည့် တစ်ဦးချင်း တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုများ ကို အသုံးပြုထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၅.၃

အဖြေအမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်ပါသည်။

^{၁၅} ESIEC2020 Questionnaire on the Resilience of Micro, Small and Medium Enterprises under the New Coronavirus Outbreak (Covid-19) <https://www.cgdev.org/sites/default/files/coronavirus-SME-survey-instrument-english.pdf>



လေ့ကျင့်ခန်း ၆.၁

နည်းလမ်း	ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပာယ်	အရေအတွက် စံပြုနှင့်/ သို့မဟုတ် အရည်အသွေး စံပြုလား	အားသာချက်များ	အားနည်းချက် များ
တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းမှု	ဖြေဆိုသူတစ်ဦးချင်း အတွက် မေးခွန်း များမှာ စနစ်တကျ၊ တစ်ပြိုင် စနစ်တကျ သို့မဟုတ် စနစ် မကျ ဖြစ်နိုင် ပါသည်။	အရည်အသွေးစံပြု	- ထင်မြင်ချက်များ၊ အတွေ့အကြုံများ၊ စံစားချက်များ လေ့လာဖော်ထုတ်ရန် အတွက် အသုံးဝင် ပါသည်။ - တိုက်ရိုက်ပြောဆို ဆက်ဆံ နိုင်ခြင်း (နားလည်အောင် ရှင်းပြနိုင်ခြင်း သို့မဟုတ် နောက်ဆက်တွဲ မေးမြန်းနိုင်ခြင်း)	- မေးမြန်းသူ လက်ခံထားသော ပီသသော လက္ခဏာသည် ဖြေဆိုသူ၏ အဖြေပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်ပါသည်။ - အချိန်ကြာခြင်း/ စီစဉ်ရခက်ခဲခြင်း
ဦးတည် အုပ်စုဖွဲ့ ဆွေးနွေးမှု	အုပ်စု (၅ - ၈ ယောက်) ဖွဲ့ကာ သုတေသီ (ပံ့ပိုး လူမျိုး) မှ လမ်းညွှန်ပေး၍ လွတ်လပ်စွာ ဆွေးနွေးပြောဆို ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။	အရည်အသွေးစံပြု	- ဖြေဆိုသူအချို့ အတွက် အုပ်စုလိုက် ပြောဆိုရန် ပိုအဆင်ပြေနိုင်ပါသည်။ - ဖြေဆိုသူများကြား လှုပ်ရှားမှုများကို အကဲဖြတ်နိုင်ပါသည်။ - တစ်ဦးချင်း မေးမြန်းခြင်း ထက်ပို၍ အချိန်ကုန်သက်သာပါသည်။	- ဖြေဆိုသူများက အပြည့်အစုံ မှန်ကန်စွာ/ ပွင့်လင်းစွာ မဖြေဆိုခြင်း - ထိရောက်စွာ ပံ့ပိုးလှည့်လည်မှု ခွင့်ရသလို အုပ်စုပါသည်။ - ပံ့ပိုးလှည့်လည်မှု ခံယူထားသော ပီသသော လက္ခဏာသည် ဖြေဆိုသူ၏ အဖြေများအပေါ် လွှမ်းမိုးနိုင်ပါသည်။

နည်းလမ်း	ဆိုလိုရင်း အဓိပ္ပာယ်	အရေအတွက် စံပြုနှင့်/ သို့မဟုတ် အရည်အသွေး စံပြုလား	အားသာချက်များ	အားနည်းချက် များ
စစ်တမ်းမေးခွန်း	ဖြေဆိုသူများအနေ ဖြင့် သုတေသီ၏ အကျအညီမပါရှိဘဲ အလွယ်တကူ ဖြေဆို နိုင်သည့် မေးခွန်း များ (ဒွန်လိုင်း သို့မဟုတ် စာရွက် ဖြင့်) ဖြစ်ပါသည်။	အရေအတွက်စံပြု	- ဖြေဆိုသူ အရေအတွက် များများ အတွက် သင့်လျော် ခြင်း - သုတေသီ အကျအညီမပါဘဲ ပြုလုပ်ပါက - - နေရာအသီးသီးမှ အချက်အလက်များ ကောက်ယူရန် အတွက် သင့်လျော်ခြင်း - မြန်ဆန်ခြင်း / အချိန်တို အတွင်း ထိရောက်သော အချက်အလက် ကောက်ယူ နိုင်ခြင်း	- သုတေသီသည် ဖြေ ဆိုသူများနှင့် မတွေ့ဆုံ ရသဖြင့် လိုအပ်ပါက နောက်ထပ် သတင်း အချက်အလက်များ မရှင်းပြနိုင်ခြင်း - အကြောင်းအရာ အသေးစိတ် လေ့လာ ရန် ခက်ခဲခြင်း



လေ့ကျင့်ခန်း ၆.၂

“ဤလေ့လာမှုတွင် အရည်အသွေးစံပြုသုတေသနနည်းစနစ်၊ အထူးသဖြင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် အသေးစိတ်မေးမြန်းခြင်း နည်းလမ်းကို အသုံးပြုထားပါသည်။ မေးမြန်းမှုများမှာ တစ်ပိုင်းစနစ်တကျ ဖြစ်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဤနည်းလမ်း အသုံးပြုခြင်းဖြင့် သုတေသီများသည် အကြောင်း အရာအလိုက် သက်ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိရန် ပို၍အသေးစိတ်ကျသော နောက်ဆက် တွဲမေးခွန်းများ မေးမြန်းနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ပြင် အဖွင့်မေးခွန်းများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ထင်မြင်ယူဆချက်များကို ကိုယ်ပိုင် အသုံးအနှုန်းများဖြင့် လွတ်လပ်စွာ ဖော်ပြနိုင်ကြပါသည်။ ၎င်းမှတစ်ဆင့် ချက်ချင်း လွတ်လပ်စွာ တုံ့ပြန်ပြောဆိုနိုင် သောကြောင့် သုတေသီ များနှင့်ဖြေဆိုသူများကြားဆက်ဆံရေး အတွက်လည်း အလွန်အရေးကြီးသည်ဟု ယူဆထားပါသည်” (နော်ဝေးကျော် နှင့် စိုးစိုးနွယ်၊ ၂၀၁၉၊ စာ ၄)။



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၁

အရည်အသွေးစံပြုသုတေသနစီမံကိန်းတွင် သုတေသီသည်အဖွင့်မေးခွန်းများ (ဥပမာ - ထိုပြင်ဆင်မှုများမှာ မည်သည့် ကောင်းကျိုးများနှင့် ဆိုးကျိုးများ ရှိသနည်း။) ကို အဓိက အသုံးပြုထားပါသည်။ သို့သော်လည်း သူသည် အပိတ်မေးခွန်းအချို့ (ဥပမာ - “ယခင်က သင်၏လယ်ယာမြေကို သိမ်းယူခံရဖူးပါသလား။” နှင့် “ဧကမည်မျှသိမ်းယူခံခဲ့ရသနည်း၊ မည်သည့်အချိန်က ဖြစ်သနည်း။”) ကိုလည်း မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။

အရေအတွက်စံပြုလေ့လာမှုပြုလုပ်ရာတွင် သုတေသီတို့သည် အပိတ်မေးခွန်းများ (ဥပမာ - “သင်အဖမ်းခံရဖူးပါသလား။”) ကို အဓိက အသုံးပြုထားပါသည်။ သို့သော်လည်း အဆုံးသတ်မေးခွန်းမှာ အဖွင့်မေးခွန်း (“မလွယ်ကူပါက ထိုသို့မလွယ်ကူရသည့် အကြောင်းအရင်းများကို ကျေးဇူးပြု၍ ဖော်ပြပေးနိုင်မလား။”) ဖြစ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၂

အဖွင့်မေးခွန်းများ	
အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
ဖြေဆိုသူများသည် ၎င်းတို့လိုက်သည့်အသုံးအနှုန်းများဖြင့် ဖြေဆိုနိုင်ခြင်း	အချက်အလက် စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုခက်ခဲနိုင်ခြင်း
စုံလင်၍ ဝန်ဖိုးရှိသော အချက်အလက်များ ထုတ်လုပ်ပေးနိုင်ခြင်း	ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် အလေးမရှိသော သတင်းအချက်အလက်များစွာ ပေးနိုင်ခြင်း
အကဲအတ်သော အကြောင်းအရာများ ဆွေးနွေးရန်အတွက် ပိုမိုသင့်တော်ခြင်း	ဖြေဆိုသူများအတွက် ဖြေဆိုရန် အချိန်ပိုကြာခြင်း
အပိတ်မေးခွန်းများ	
အားသာချက်များ	အားနည်းချက်များ
အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ရန် ပိုမိုလွယ်ကူခြင်း	သင့်အတွေ့အကြုံနှင့် အသိအမြင် လွှမ်းမိုးမှုများကြောင့် ဘက်လိုက်သော ရွေးချယ်စရာ အဖြေများ ထုတ်ပေးနိုင်ခြင်း
ကောက်ယူစုဆောင်းထားသော သတင်းအချက်အလက်များမှာ လုံးဝ အလေးမရှိ ခဲ့ခြင်း	ဖြေဆိုသူများ၏ အဖြေများမှာ အကန့်အသတ်ရှိခြင်း
မြန်ဆန်စွာ ဖြေဆိုနိုင်ခြင်း	ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သေချာမစဉ်းစားဘဲ ဖြေဆိုနိုင်ခြင်း



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၃

အင်တာဗျူးမေးခွန်းများ		
အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်း ဖြစ်နိုင်ခြေ (များ)
လုပ်ငန်းခွင်တွင် စုံလင်ကွဲပြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မည်သို့ထင်မြင် သနည်း။	လုပ်ငန်းခွင်တွင် တိုင်းရင်းသား စုံလင်ကွဲပြားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ သင်မည်သို့ထင်မြင်သနည်း။	လုံလောက်စွာအသေးစိတ်မကျခြင်း - ဖြေဆိုသူများသည် စုံလင်ကွဲပြားမှု အမျိုးအစား အမျိုးမျိုး (ပုမာ - အသက်၊ ကျား၊မရေးရာ၊ အဆင့်အတန်း) အကြောင်း ပြောဆိုနိုင်ပါသည်။
ကယားလူမျိုးတစ်ဦး အနေဖြင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရက သင့်ကို တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံသည်ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	ကယားပြည်နယ်တွင် နေထိုင်သူ တစ်ဦးအနေဖြင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရက သင့်ကို တန်းတူညီမျှ ဆက်ဆံသည်ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	ကယားပြည်နယ်ရှိလူတိုင်းသည် ကယားလူမျိုး မဟုတ်ခြင်း သို့မဟုတ် ကယားအဖြစ် မသတ်မှတ်ခြင်း - ၎င်းတို့သည် ဗမာလူမျိုး၊ ရှမ်းလူမျိုး အစရှိသည်ဖြင့် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။
စာသင်ကျောင်းတွင် ဆရာ၊ဆရာမ များက သင့်ကို ခွဲခြားဆက်ဆံသည် ဟု သင်ခံစားရပါသလား။	သင်သည် ခွဲခြားဆက်ဆံခံရသည် ဟု ခံစားရပါသလား။ ခံစားရပါက မည်သူက သင့်ကို ခွဲခြားဆက်ဆံ သနည်း။	ဖြေဆိုသူများအား ခွဲခြားဆက်ဆံခံရမှုကို မဖော်ပြခြင်းက ပိုသင့်တော်ပါသည်။
အမျိုးသမီးအင်ဂျင်နီယာတစ်ဦး အနေဖြင့် မည်သည့်အခက်အခဲ များ သင်ရင်ဆိုင်ရသနည်း။	သင်၏ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် အများစုက အမျိုးသားများဖြစ် သည့်အတွက် အမျိုးသမီး အင်ဂျင်နီယာတစ်ဦး ဖြစ်ရသည်မှာ မည်သို့ပုံစံရှိသနည်း။	ပထမအကြမ်းဖော်ပြချက်တွင် အမျိုးသမီး များတွင် အခက်အခဲများ ရှိသည်ဟု ယူဆထား ပါသည်။ ဒုတိယ အကြမ်းဖော်ပြချက်တွင် အပြုသဘော ဖြစ်စေ အပျက်သဘောဖြစ်စေ သူမ၏ ဝင်မြင်ချက်နှင့် အတွေ့အကြုံကို လွတ်လပ်စွာ ဖော်ပြနိုင်ပါသည်။
လက်ရှိ စီးပွားရေးအခြေအနေအရ အမျိုးသားများနှင့် အမျိုးသမီးငယ် များ သည် အလုပ်ရှာဖွေရန်၊ ဘဝ တိုးတက်ရန် နှင့် အိမ်ကိုပိုက်ဆံပို့ နိုင်ရန် အတွက် နိုင်ငံခြား (စင်ကာပူ သို့မဟုတ် မလေးရှားနိုင်ငံ) သို့ သွားရောက်မည်ဟု သင်ထင်ပါ သလား။	စီးပွားရေး အခြေအနေကြောင့် ရွှေ့ပြောင်း နေထိုင်မှုများ ဖြစ်လာ မည်ဟု ထင်ပါသလား။	ပထမအကြမ်းဖော်ပြချက်မှာ အလွန် ရှုပ်ထွေးပြီး အသေးစိတ်အချက် များစွာ ပါဝင်နေသည် (အကယ်၍ သုတေသီသည် ပို၍ အသေးစိတ် သိရှိလိုပါက နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများ မေးနိုင်ပါသည်။)



လေ့ကျင့်ခန်း ၇.၄

အကြမ်းဖော်ပြချက် ၁	အကြမ်းဖော်ပြချက် ၂	ပြောင်းလဲရသည့် အကြောင်းရင်းဖြစ်နိုင်ခြေ(များ)
ယခင်က သုတေသနနှင့် အဆိုပြုတိုက်တွန်းတင်ပြခြင်း ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ များ ရှိပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ	ယခင်က သုတေသနဆိုင်ရာ လစာရ လုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ရှိပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ ယခင်က အဆိုပြုတိုက်တွန်းတင်ပြခြင်း ဆိုင်ရာ လစာရလုပ်ငန်းအတွေ့အကြုံ ရှိ ပါသလား။ က။ ရှိပါသည် ခ။ မရှိပါ	မေးခွန်းနှစ်ခုကို တစ်ခုတည်း ပေါင်းထား ခြင်း (ဖြေဆိုသူသည် သုတေသန အတွေ့အကြုံ၊ ဂိုဏ်းလည်း အဆိုပြု တိုက်တွန်း တင်ပြသူနှင့် အတွေ့အကြုံမရှိ ခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။)။ လုံလောက်စွာ အသေးစိတ်မလျှော့ခြင်း - “လစာရ” ဟူသော စကားလုံး ထပ်လပ် ထားသည်။
များမကြာမီက အချက်အလက် များအရ လူဦးရေ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် လွတ်လပ်ရေး ကို ထောက်ခံကြပါသည်။ ၎င်း ကို သင်သဘောတူပါသလား။	လွတ်လပ်ရေးလှုပ်ရှားမှုများကို သင် ထောက်ခံပါသလား။ က။ ထောက်ခံပါသည် ခ။ မထောက်ခံပါ	အရိပ်ပြမေးခွန်းဖြစ်နေခြင်း - ဖြေဆို သူသည် လွတ်လပ်ရေး ထောက်ခံသူ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်း ရှိသည်ဟူသော ဖော်ပြချက် ပေါ် အခြေခံ၍ ဖြေဆိုရန် ဆုံးဖြတ် လိုက်နိုင်သည်။
သင်၏နိုင်ငံအတွင်း INGO များ မှ မည်သည့် စိတ်ကျန်းမာရေး နှင့် စိတ်ပိုင်းလူမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများ (MHPSS) ပေး စေလိုသနည်း။	အဖွဲ့အစည်းများမှ မည်သည့် စိတ် ကျန်းမာရေးနှင့် စိတ်ပိုင်းလူမှုပိုင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးကူညီမှုများ ပေးစေလိုသနည်း။ သက်ဆိုင်သောအချက်အားလုံးကို ရွေးချယ်ပါ။ ☐ ဖွင့်ဟဆွေးနွေးခြင်းကုထုံး ☐ ဆေးဝါး ☐ ကိုယ်ထူကိုယ်ထ အမျိုးသမီးအဖွဲ့ များ ☐ ကိုယ်ထူကိုယ်ထ အမျိုးသားအဖွဲ့ များ ☐ ပုံပြင်ပြောပြသောအဖွဲ့များ ☐ လူငယ်အဖွဲ့များ ☐ အခြား _____	အတိုကောက်များ/အကျဉ်းချုံးများ အသုံး မပြုသင့်ပါ။ ဖြစ်နိုင်ခြေများကို ဖြေဆို သူများသိရှိစေရန် ရွေးချယ်စရာများ ထည့်သွင်းထား ပါသည်။



အမျိုးသမီးများသည် ဘားများတွင်လည်း လုပ်ကိုင်ကြပါသည်။ သုတေသီများ ထည့်သွင်း စဉ်းစားသည့်အချက်များအရ အဓိကသတင်းပေးသူများသည် အသက် ၁၈ နှစ်အထက် (ဆွာ ဇီလန်နိုင်ငံတွင် တရားဝင်အရွယ်ရောက်သည့်အသက်) ဖြစ်၍ ယခင်က HIV ပိုး ကူးစက်ခံခဲ့ ရပြီး လိင်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူများဖြစ်ပါသည်။ အခြားသုတေသနများအရ နောက်ခံအခြေအနေနှင့် ကိုယ်ပိုင်ရွှေထောင့်အမြင်များအပေါ် များစွာမူတည်နေကြောင်း တွေ့ ရှိထားပြီးဖြစ်ပါသည် (၃၂-၃၄)။ ထိုအချက်ကို ရှင်းလင်းစေရန်အတွက် လိင်လုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သက်၍ မိမိကိုယ်ကို လိင်လုပ်သားအဖြစ် ခံယူသူများကိုသာလေ့လာရန် ရွေးချယ်ခဲ့ ပါသည်။ သုတေသီတို့သည် အမျိုးသမီးတစ်ဦး နောက်ဆုံးလိင်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သည့် အချိန် ကို ထည့်သွင်းမစဉ်းစားထားသော်လည်း အချက်အလက်ကောက်ယူချိန်တွင် ဖြေဆိုသူများစု မှာ လိင်လုပ်ငန်းတွင် အမြဲပါဝင်လုပ်ကိုင်နေသူများ ဖြစ်ကြပါသည်။ ဖြေဆိုသူများသည်

ပထမဆုံးအနေဖြင့် HIV ပိုးကူးစက်ခံရသော အမျိုးသမီးများအတွက် အထောက်အကူပြုအဖွဲ့များနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ ကျန်းမာရေးပညာပေး ကွန်ရက်များမှတစ်ဆင့် ဖြေဆိုသူများကို ရွေးချယ် ခဲ့ပါသည်။ သုတေသီများက ၎င်းတို့ လေ့လာမှုအတွက် အသင့်တော်ဆုံးဖြစ်မည့်သူများကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ရှာဖွေခဲ့ခြင်း ဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းကို စိစစ်ရွေးချယ် နမူနာကောက်ယူနည်းစနစ်အဖြစ် သတ်မှတ်နိုင် ပါသည်။ အချို့သော ဖြေဆိုသူများကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ ရွေးချယ်ခဲ့ပြီးနောက် နောက်ထပ်ဖြေဆိုသူများ ရရှိနိုင်ရန် ဆင့်ကဲနမူနာကောက်ယူနည်းကို အသုံးပြုခဲ့ပါသည်။ ထိုနည်းစနစ်နှစ်ခုလုံးသည် ဖြစ်တန် စွမ်းနည်းနမူနာ ကောက်ယူနည်းများတွင် ပါဝင်ပါသည်။

- ၁။ လေ့လာမှုတွင် ပါဝင်နိုင်မည့်သူများ HIV ရောဂါကူးစက်ခံနေရသူ အမျိုးသမီးများကို ရည်ညွှန်းပေးရန် အထောက်အကူပြုအဖွဲ့များနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ ကျန်းမာရေးပညာပေး ကွန်ရက်များကို ဆက်သွယ်ခဲ့ပြီး NGO ဝန်ထမ်း သို့မဟုတ် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး သူနာပြု များကို မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။
- ၂။ အကယ်၍ အမျိုးသမီးများသည် စိတ်ပါဝင်စားပါက ဝန်ထမ်းများ သို့မဟုတ် သူနာပြုများက သုတေသနပြုလုပ်သူများနှင့် အင်တာဗျူး ပြုလုပ်ရန် အတွက် တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ၎င်းတို့ကို ဖိတ်ကြားပေးခဲ့ပါသည်။
- ၃။ NGO ဝန်ထမ်းနှင့် သူနာပြုများက ညွှန်းပေးသော ဖြေဆိုသူများမှတစ်ဆင့် နောက်ထပ် ဖြေဆို သူများကို ရှာဖွေခဲ့ပါသည်။



အချက်အလက်ကောက်ယူချိန်တွင် လိင်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်နေသူများဖြစ်ကြပါသည်။ အစိုးရ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဆေးပေးခန်းများနှင့် ဒေသတွင် NGO များမှ စီမံခန့်ခွဲသည့် အထောက်အကူပြုအဖွဲ့များနှင့် သက်ရွယ်ဆင့်တူ ကျန်းမာရေးပညာပေးကွန်ရက်များမှတစ်ဆင့် ဖြေဆိုသူများကို စုဆောင်းရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ ထိုအုပ်စုများနှင့်နီးကပ်စွာ လုပ်ကိုင်လျက်ရှိသော NGO ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးသူနာပြုများအနေဖြင့် သုတေသနအကူအတွက် HIV ဝိုးရှိသည်ဟု သတ်မှတ်ခံထားရသော အမျိုးသမီးများကို ရည်ညွှန်းပေးရန် တောင်းဆိုခဲ့ပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ချေရှိသော ဖြေဆိုသူများက လေ့လာမှုတွင်ပါဝင်ရန် စိတ်ဝင်စားကြောင်း ဖော်ပြလာပါက ကြိုတင်စိစဉ်ထားသော အင်တာဗျူးပြုလုပ်မည့်နေရာတွင် သုတေသနအကူနှင့်တွေ့ဆုံနိုင်ရန် ရည်ညွှန်းပေးသည့် NGO ဝန်ထမ်းအဖွဲ့ဝင် သို့မဟုတ် သူနာပြုများက ၎င်းတို့ကို ဖိတ်ခေါ်ပေးခဲ့ပါသည်။ ထို့နောက် ဆင့်ကဲနမူနာကောက်ယူနည်းကို အသုံးပြု၍ နောက်ထပ်ဖြေဆိုသူများ ရွေးချယ်ခဲ့ပါသည်။ (၃၆)



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၀.၁

- ၁။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် အလွတ်သဘော စကားစမြည် စတင်ပြောပြီးနောက် လေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ပေးသည့်အတွက် ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောပါသည်။ သူမသည် အင်တာဗျူးပြုလုပ်ရသည့် အကြောင်းရင်းများနှင့် ရည်ရွယ်ချက် ပန်းတိုင်များကို ရှင်းပြပါသည်။ သူမသည် ခန့်မှန်းခြေ အင်တာဗျူး ကြာချိန်ကိုလည်း ထည့်သွင်း ဖော်ပြပါသည်။ ဖြေဆိုသူအနေဖြင့် ယုံကြည်စိတ်ချမှုရှိစေရန် ဖြေဆိုရာတွင် အဖြေမှားမရှိဘဲ အရာအားလုံးကို လျှို့ဝှက် ထိန်းသိမ်းထားမည်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြပါ။
- ၂။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် အင်တာဗျူးကို အသံဖမ်းယူထားနိုင်ခြင်း ရှိမရှိ မေးမြန်း၍ ဖမ်းယူထားသော အသံဖိုင်များကို သူမတစ်ဦးတည်းသာ နားထောင်မည် ဖြစ်ကြောင်းနှင့် ၎င်းသည် အဘယ်ကြောင့် အသုံးဝင်ကြောင်း ရှင်းပြပါသည်။
- ၃။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူသည် မှတ်စုအတိုချုပ်ရေးသားသော်လည်း ဖြေဆိုသူအတွက် အာရုံထွေးပြားသည့်ပုံ မပေါ်ပါ။
- ၄။ တွေ့ဆုံမေးမြန်းသူက ဖြေဆိုသူ ပြောကြားသော သတင်းအချက်အလက်များကို အကျဉ်းချုပ် စစ်ဆေးပြီး သေချာ နားလည်စေရန် မေးခွန်းများ (ဥပမာ - “ဘာကိုသုံးလိုက်ရတာလဲ။” “အဲဒါ ဆိုလိုတာက...။”) နှင့် နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းများ (ဥပမာ - “အဲဒါကိုဘယ်လိုမျိုးရင်ဆိုင် ဖြေရှင်းနေရလဲ?”) မေးမြန်းခဲ့ပါသည်။ မေးမြန်းသူသည် ကိုယ်လက်အမူအရာ မျက်နှာရိပ်ကဲဖြင့် ကောင်းကောင်း ဖော်ပြပြီး ဖြေဆိုသူပြောလိုသော အကြောင်းအရာပေါ် စိတ်ဝင်တစားရှိသည်ဟု ယူဆရပါသည်။ မျက်လုံးချင်းဆုံ ကြည့်ခြင်း၊ များများ ပြုံးပြခြင်း၊ နှင့် ခေါင်းညိတ်ပြကာ သဘောတူလက်ခံကြောင်းဖော်ပြခြင်းတို့ ပြုလုပ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၀.၂

၁။ အဖြေအမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်ပါသည်။

၂။ ဖြစ်ရပ်လေ့လာမှု

အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော/အဆိုပြုထားသော အဖြေများဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖြေများလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

- ၁။ သုတေသီသည် အမျိုးသမီးများနှင့်တွေ့ဆုံမေးမြန်းပေးမည့် အမျိုးသမီးတစ်ဦး၊ ဖြစ်နိုင်က မွတ်စလင် အမျိုးသမီး သို့မဟုတ် ယုံကြည်အားထားရသော ဒေသခံတစ်ဦးကို အကူအညီ တောင်းနိုင်ပါသည်။
- ၂။ သုတေသီသည် မွတ်စလင်အသိုင်းအဝိုင်းမှ ဩဇာလွှမ်းမိုးမှုရှိသူတစ်ဦးအကူအညီဖြင့် ၎င်းက ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ဖြေဆိုသူများကို မိတ်ဆက်ပေးကာ ယုံကြည်စိတ်ချရကြောင်းပြောဆိုပေး၍ ဒေသခံများ၏ ယုံကြည်မှုရရှိအောင် ကြိုးစားကြည့်နိုင်ပါသည်။
- ၃။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုများအစား သုတေသီသည် အမျိုးသားများအုပ်စုနှင့် အမျိုးသမီးများ အုပ်စုခွဲ၍ ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် သုတေသီ သည် အမျိုးသားများနှင့် ၎င်းတို့၏ ဇနီးမယားများကို တစ်ချိန်တည်း တွေ့ဆုံမေးမြန်းရန် လည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားနိုင်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းသည် မေးမြန်းမှုများ ပြုလုပ် ရာတွင် အမျိုးသားများနှင့်အတူ အမျိုးသမီးများလည်း ဖွင့်ဟပြောစေရန် ဆောင်ရွက်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။
- ၄။ သုတေသီက ဤလေ့လာမှုသည် ရပ်ရွာလူမှုအသိုက်အဝန်းအတွက် မည်သို့အကျိုးပြုနိုင် ကြောင်း လက်တွေ့ ပြနိုင်ပါသည် (အကယ်၍ အမှန်တကယ်အကျိုးပြုပါက)။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၁.၁

ဖြစ်ရပ် ၁

သင့်မှာရွေးချယ်စရာ နှစ်ခုရှိပါသည်။

- ၁။ ဖြေဆိုသူများ၏ အချိန်မရွေး နုတ်ထွက်ပိုင်ခွင့်နှင့် အသံဖမ်းယူမှုဖျက်ပိုင်ခွင့်အရ အလေးထား ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း။

၂။ သင့်အနေဖြင့် ဖမ်းယူထားသောအသံကို သိမ်းထားလိုကြောင်း၊ သို့သော် ၎င်းပြောဆိုထားသော အကြောင်းအရာများကို ကူးယူရေးသားချက်ထဲတွင် ထည့်သွင်းမည်မဟုတ်ကြောင်း နှင့် ကူးယူရေးသားပြီးသည့်နှင့် အသံဖမ်းယူမှုကို ဖျက်ပစ်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဖြေဆိုသူအား ကတိပေး ပြောဆိုကြည့်ပါ။ ဤသို့ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သုတေသနစီမံကိန်းတွင် ဖြေဆိုသူ၏ ပါဝင်မှုနှင့်ပတ်သက်၍ သဲလွန်စကျန်ရှိမည်မဟုတ်ပါ။

ဖြေဆိုသူသည် အချိန်မရွေး နုတ်ထွက်ပိုင်ခွင့်နှင့် အသံဖမ်းယူရန် သဘောတူညီချက်၊ အစီရင်ခံစာတွင် ကိုးကားဖော်ပြရန် သဘောတူညီချက် သို့မဟုတ် ၎င်းတို့ သဘောတူထားသော မည်သည့်အရာကိုမဆို ရုတ်သိမ်းခွင့်ရှိကြောင်း သတိပြုရပါမည်။ ဖြေဆိုသူအနေဖြင့် ၎င်းတို့၏ သဘောတူညီချက်ကို ဖျက်သိမ်းလိုသည့် အကြောင်းရင်း ပြောပြရန် သို့မဟုတ် ငြင်းခုံစကားများရန် မလိုအပ်ပါ။ ၎င်းမှာ ဖြေဆိုသူများ၏ အခွင့်အရေးများသာ ဖြစ်၍ အလေးထားဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဖြစ်ရပ် ၂

သင့်အနေဖြင့် ကတိပေးထားသည့်အတိုင်း သတင်းအချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက်ထားရှိကြောင်းနှင့် ၎င်းတို့ကို မည်သည့် နေရာတွင်မှ အမည်တပ်မဖော်ပြထားကြောင်း စိတ်ချစေရန် အခိုင်အမာ ပြောနိုင်ပါသည်။

တစ်စုံတစ်ဦးက အစီရင်ခံစာတွင် ဖြေဆိုသူပြောထားသော အကြောင်းအရာနှင့် ၎င်းတို့အား ရည်ညွှန်းထားသည့် ပုံစံကို ကြည့်၍ မှန်းဆပြောဆိုခြင်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် “တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးတွင် ရပ်ရွာအခြေပြု သစ်တောလုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူများ” အနည်းငယ်သာရှိပါက ဖြေဆိုသူမှာ မည်သူဖြစ်နိုင်ကြောင်း မှန်းဆရ လွယ်ကူနိုင်ပါသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် အစီရင်ခံစာတွင် ဖြေဆိုသူများအားဖော်ပြရာ၌ မည်သည့်အတိုင်းအတာအထိ အသေးစိတ်ထည့်သွင်းမည်ကို စေ့စပ်သေချာစွာစဉ်းစားထားရန် အရေးကြီးပါသည်။ ထို့ပြင် ဖြေဆိုသူများသည် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများအားလုံးကို သိရှိထားစေရန်နှင့် အစီရင်ခံစာတွင် ၎င်းတို့ကို ရည်ညွှန်းဖော်ပြမည့်ပုံစံနှင့် ပတ်သက်၍ လည်း သိရှိနားလည်ပြီးမှ သဘောတူရန် လိုအပ်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၁.၂

အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော/အဆိုပြုထားသော အဖြေများဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖြေများလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေရှိပါသည်။

က။ သုတေသီများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
က၁	သင်သည် သင်နှင့်မရင်းနှီးသော ဒေသတစ်ခုတွင် အချက် အလက်ကောက်ယူမည်လား။	ဟုတ်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေများ	ဒေသခံတစ်ဦးနှင့် စကား ပြောဆို၍ နယ်မြေအခြေ အနေအကြောင်း စိတ်ဇာတ် ပြောပြပေးနိုင်ရန် စီစဉ်ပါ။
က၂	သင်သည် ဒေသတွင်းတည်ငြိမ် မှု မရှိသောနေရာတွင် အချက် အလက်ကောက်ယူမည်လား။	ဟုတ်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေအလယ်အလတ် - ဟားဂန်တွင် လတ်တလော တိုက်ပွဲများ မရှိသော်လည်း အနီး ဝန်းကျင်တွင် ထိတွေ့ တိုက်ပွဲများ မကြာခဏ ဖြစ်၍ ထိုဒေသသည် ယခင်က KIA ထိန်းချုပ်မှု ဒေသတွင် ရှိပါသည်။	ဒေသတွင်း တိုက်ပွဲများနှင့် ပတ်သက်၍ အမြဲ နားစွင့်ထား ပြီး အန္တရာယ်များ နိုင်သော နေရာများကို ရှောင်ရပါမည်။
က၃	သင်သည် နိုင်ငံရေးအကဲဆတ် သော အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား။	ဟုတ်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေများ	လူအများအရိုစိုက်စရာဖြစ် အောင်မနေဘဲ သီးသန့်ဖြစ် သောနေရာများတွင် ဖြေဆို သူများနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လုံစွာ လျှို့ဝှက် ထားရှိပါ။
က၄	သင်သည် ယဉ်ကျေးမှုအရ ခွင့် မပြုသည့် အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား။	ဟုတ်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေအလယ်အလတ် - မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲမှုနှင့် ရာဂဝတ်မှုများ အဖြစ်များ သောကြောင့် ဖြေဆိုသူ များက ထိုအကြောင်းကို ဆွေးနွေးနိုင် ပါသည်။	လူအများအရိုစိုက်စရာ ဖြစ် အောင် မနေဘဲ သီးသန့်ဖြစ် သော နေရာများတွင် ဖြေဆို သူများနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လုံစွာ လျှို့ဝှက် ထားရှိပါ။

စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
က၅	သင်တစ်ယောက်တည်း အချက်အလက် ကောက်ယူ မည်လား သို့မဟုတ် အချက် အလက်ကောက်ယူမည့် ဒေသ တွင် တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်မည်လား။	မနေထိုင်ပါ		
က၆	သင်ခရီးသွားရာတွင် အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေများ (လမ်းပိတ်ဆို့မှု များ၊ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး အခြေအနေ မကောင်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ လုံခြုံရေး) ရှိနေပါသလား။	ရှိပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေအလယ်အလတ် - ခရီးလမ်း တစ်လျှောက်တွင် ထိ တွေ့တိုက်ပွဲများ ဖြစ်နေလျှင်။	ဒေသတွင်း တိုက်ပွဲများနှင့် ပတ်သက်၍ အမြဲ နားစွင့်ထား ပြီး အန္တရာယ်များနိုင်သော နေရာများကို ရှောင်ရပါမည်။
က၇	သင်ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရနိုင်သည့် အခြား အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ များ ရှိနေပါသလား။	ရှိပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေအလယ်အလတ် - တရားမဝင်လုပ်ငန်းများ၊ ဇုန်ဖျက်မှုများ၊ စစ်တပ်နှင့် KIA တို့ကြား ပဋိပက္ခများ ဖြစ်ပွား နိုင်သဖြင့် အင်အားစုများက အပြစ် လှည့်ကျ ဖြစ်နိုင် ပါသည်။	လူအများအသုံစိုက်ရာ ဖြစ် သော မနေသဲ သီးသန့်ဖြစ် သော နေရာများတွင် ဖြေဆို သူများနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လွှာ လျှို့ဝှက် ထားရှိပါ။
ခ။ ဖြေဆိုသူများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၁	သင်၏ ဖြေဆိုသူများသည် ကလေးသူငယ်များ (၁၈ နှစ် အောက်) သို့မဟုတ် အသိပေး သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝ မပေးနိုင်သူများ ဖြစ်ပါသလား။	မဖြစ်ပါ		
ခ၂	၎င်းတို့ပါဝင်ရန် သဘောမတူမီ သုတေသနအကြောင်း အပြည့်အစုံ သင်ရှင်းပြပေးမည် လား။	ရှင်းပြပါမည်		ဒေသအလိုက် ဘာသာစကား အသုံးပြု၍ နှုတ်ဖြင့် ရှင်းပြ ခြင်းနှင့် ရေးသားထားသည့် ရှင်းလင်းချက်စာရွက်များ ပေးအပ်ပါမည်။

စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၃	ဖြေဆိုသူများ အမည် မဖော်ပြ ဘဲထားမည်လား။	ထူးပါသည်		အစီရင်ခံစာများ၊ လူးယူ ရေးသားချက်များ၊ သို့မဟုတ် အသံဖမ်းယူမှုများ တွင် နာမည် အရင်းကို အသုံးမပြုပါ။
ခ၄	သင်၏ အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် အကြမ်းဖက် မှု၊ ရုပ်ပိုင်း သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်း ဆိုင်ရာ ရောဂါများ၊ မူးယစ်ဆေး သို့မဟုတ် အရက် သုံးစွဲမှု၊ ပြစ်မှုမြောက်သော လုပ်ရပ်၊ သို့မဟုတ် လိင်စိတ်တိမ်းညွတ် မှုတို့ ကဲ့သို့ အကဲဆတ်သော အကြောင်းအရာများ ပါဝင်ပါ သလား။	ပါဝင်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေအလယ်အလတ်	လူအများအသုံးပြုစရာ ဖြစ် အောင် ပေးသော သီးသန့်ဖြစ် သော နေရာများတွင် ဖြေဆို ပေးခြင်းနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လွှဲ၊ လျှို့ဝှက်ထားပါ။
ခ၅	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် ဖြေဆိုသူများ ၏ တရားမဝင် လုပ်ငန်းများ တွင် ပါဝင်ပတ်သက်နေမှု အကြောင်း သတင်း အချက်အလက် ပါဝင်နိုင်ပါ သလား။	ပါဝင်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေများ - “တစ်သီးပုဂ္ဂလ” သတ္တုတူးဖော် ခြင်းသည် ထိုဒေသတွင်း သတ္တု တူးဖော်ရေး လုပ်ငန်း၏ အစိတ် အပိုင်းဖြစ်ပြီးတစ်နေရာတွင် လေ့ရှိသော တရားမဝင် လုပ်ငန်း ဖြစ်ပါသည်။	ဖြေဆိုသူများကို အမည်မဖော် ဘဲထားပြီး အင်တာဗျူးများကို သီးသန့်နေရာတစ်နေရာတွင် ပြုလုပ်ပါ။
ခ၆	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် ဆိုးဝါးသော အမှတ်ရစရာများအကြောင်း ပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် စဉ်းစားရခြင်းတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသလား။	ပါဝင်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေများ - အန္တရာယ်များ သော အလုပ်ဖြစ်ခြင်း၊ မြေပြိုမှု များကြောင့် မကြာခဏ လူများ သေဆုံးလေ့ ရှိသည်။	သတိထားချက်များကို စိတ် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးအမြတ် ပေးသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၏ သတင်း အချက်အလက်များ မျှဝေပါ။
ခ၇	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုတွင် အစိုးရပိုင်း သို့မဟုတ် အခြား အဖွဲ့အစည်း များကို ဝေဖန်ချက်များ ပါဝင် နိုင်ပါသလား။	ပါဝင်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေများ - သတ္တုတူးဖော် ရေးကုမ္ပဏီ အများစုသည် အမျိုး မျိုးသော လက်နက်ကိုင်နှင့် လက်နက်မကိုင်သော အဖွဲ့ အစည်းများနှင့် ဆိုင်ဆက်နေ ပါသည်။	လူအများအသုံးပြုစရာ ဖြစ် အောင် ပေးသော သီးသန့်ဖြစ် သော နေရာများတွင် ဖြေဆို သူများနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လွှဲ၊ လျှို့ဝှက် ထားပါ။

စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ် အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၈	သင်၏အချက်အလက် ကောက်ယူမှုကြောင့် ဖြေဆို သူများကြား ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားစေ နိုင်ပါသလား။	မဖြစ်စေပါ		
ခ၉	အချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက်ထားရှိမည်လား။	ထူးပါမည်		အစီရင်ခံစာများ၊ လူးယူ ရေးသားချက်များ၊ သို့မဟုတ် အသံဖမ်းယူမှုများ တွင် နာမည် အရင်းကို အသုံးမပြုပါ။
ခ၁၀	အချက်အလက်များကို လုံခြုံ စွာ သိမ်းဆည်းထားမည်လား။	သိမ်းထားပါမည်		အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာ ထားရှိနိုင်သော လွန်ပျူဝါ စနစ်ထဲတွင် သိမ်းဆည်းထားပါ မည်။
ခ၁၁	ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သင်၏ သုတေသနစီမံကိန်းတွင် ပါဝင် ခြင်း ကြောင့် ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ် ဘဝ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင် တွင် အခြား အန္တရာယ် ကျ ရောက်နိုင်ပါသလား။	ဖြစ်နိုင်ပါသည်	ဖြစ်နိုင်ခြေနည်း - အချို့သော အဖွဲ့အစည်းများမှ ဝေဖန်မှုများ ရှိလာပါက အန္တရာယ်ရှိနိုင် ပါသည်။	လူအများအာရုံစိုက်စရာ ဖြစ် အောင် မနေဘဲ သီးသန့်ဖြစ် သော နေရာများတွင် ဖြေဆို သူများနှင့် တွေ့ဆုံပါ။ အမြဲတမ်း နှုတ်လုံးစွာ လျှို့ဝှက် ထားရှိပါ။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၁

အဖြေအမျိုးမျိုးကွဲပြားနိုင်ပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၂

အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော/အဆိုပြုထားသော အဖြေများဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖြေများလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

မေးမြန်းသူ။ အိပ်ရာထတဲ့ အချိန်ကနေ အိပ်ရာဝင်တဲ့အချိန်ထိ ကိုယ့်ရဲ့ ပုံမှန်နေ့စဉ်ဘဝ တနေ့တာကို ဘယ်လိုဖြတ်သန်းနေလဲ။ ကျက်စတင်း။ ပြောရမယ်ဆိုရင် ကျွန်မနာမည်က ကျက်စတင်း၊ ပြီးတော့ ကျွန်မ နေ့တိုင်း အသီးအနှံတွေ ရောင်းပါတယ်။ ဆိုတော့ မနက်ဆို ကျွန်တော် ၅ နာရီမှာ အိပ်ရာထတယ်။ ဆုတောင်းတယ်ပေါ့။ ပြီးတာနဲ့ အဝတ်အစားလဲ၊ ရောင်းမဲ့ကုန် ပစ္စည်းတွေဝယ်ဖို့ ဈေးထဲ သွားတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒါတွေအားလုံးကလည်း ကျွန်မမှာ ပိုက်ဆံဘယ်လောက်ရှိလဲ ဆိုတဲ့ အပေါ် မူတည်သေးတယ်။ တစ်ခါတစ်လေ ကျွန်မ လိုချင်တာအားလုံး ဝယ်ဖို့ပိုက်ဆံမရှိ တော့ လိုချင်တာထက် လျော့ပြီးဝယ်ရတယ်။ အစ်... ကျွန်မ အမြဲတမ်း မနက်စာမဝယ် သွားနိုင်ဘူး ဘာလို့လဲဆိုတော့ ကျွန်မသားသမီး ၁၀ ယောက်နဲ့ အဲလိုလုပ်ဖို့မတတ်နိုင်ဘူး လေ။ မေးမြန်းသူ။ အစ်မမှာ သားသမီး ၁၀ ယောက်ရှိတာလား။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။ သားသမီး ၁၀ ယောက်။ မေးမြန်းသူ။ အဲလိုဆို နားလည်တာက အစ်မ မနက်ဆို အစ်မရောင်းမဲ့ အသီးအနှံတွေနဲ့ သားသမီး ၁၀ ယောက်အတွက် မနက်စာမဝယ်ဖို့ ဈေးသွားတယ်။ ပြီးတော့ အစ်မ ဝယ်ချင် သလောက် အမြဲတမ်းမဝယ်နိုင်ဘူးလို့ ပြောလိုက်တာနော်။ ကျက်စတင်း။ အဲဒီအတိုင်းပဲ။ မေးမြန်းသူ။ ဘယ်လိုဖြစ်ပြီး လိုချင်သလောက် မဝယ်နိုင်တာလဲ။ ကျက်စတင်း။ ကျွန်မက ကလေးတွေကို တစ်ယောက်တည်း အုပ်ထိန်းရတဲ့ မိခင်တစ် ယောက်လေ။ ကျွန်မတစ်ယောက်တည်း သားသမီး ၁၀ ယောက်လုံးကို လူလားမြောက် အောင်လုပ်ရတာ မလွယ်ဘူး။ တစ်ခါတစ်လေ ရသမျှ အမြတ်တွေကို လုပ်ငန်းထဲမထည့် နိုင်ဘဲ ကလေးတွေအတွက် ဂရုစိုက်ပေးဖို့ပဲ သုံးလိုက်ရတာမျိုးရှိတယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဘာကိုသုံးလိုက်ရတာလဲ။ ကျက်စတင်း။ ကျွန်မလုပ်ငန်းထဲထည့်မဲ့ ပိုက်ဆံကို ကလေးတွေအတွက် ဂရုစိုက်ပေးနိုင်ဖို့ ပဲ သုံးလိုက်ရတာ။ မေးမြန်းသူ။ ဪ ဒါဆို အစ်မ အသီးအနှံတွေဝယ်ရောင်းပြီး ဝင်ငွေထပ်တိုးအောင် မလုပ် နိုင်ဘူးဖြစ်နေတာပေါ့။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။	အသီးအနှံရောင်းချသူ အမှောင်တယ် ရောင်းဖို့ဝယ်ရ တစ်ခါတစ်လေ မနက်စာ မဝယ်စားနိုင် သားသမီးများ တစ်ကိုယ်ရပ်မိခင် တစ်နေ့ချင်းအတွက်ပဲ လုပ်ငန်းလုပ်ပတ်နိုင်
--	--

မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်ပြီ။ အဲဒါကိုဘယ်လိုမျိုးရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနေရလဲ။ နောက်နေ့အတွက် ရော ဘယ်လိုမျိုး လုပ်ကိုင်ရလဲ။ ကျက်စတင်း။ အဲ တော်တော်တော့ ပင်ပန်းတယ်၊ ဒါပေမဲ့လည်း ဘုရားသခင်ကို ကျွန်မ ယုံကြည်တယ်၊ ပြောချင်တာက ကျွန်မ နေ့တိုင်းဆုတောင်းတယ်၊ ကျွန်မအသက်ရှင်တဲ့ နေ့ရက်တိုင်း ဘုရားပြင်ဆင်ပေးတဲ့အတိုင်းပဲ ... ကိုယ့်မှာရှိတာလေးကို သုံးတယ်။ အနည်းဆုံးတော့ ကျွန်မမှာရှိတဲ့ သီးနှံထွက်ကုန်ပစ္စည်းတွေ ရောင်းတယ်။ ပိုက်ဆံရလာ ရင် ရလာတဲ့ပိုက်ဆံကို ကျွန်မကလေးတွေ စားဖို့သောက်ဖို့အတွက် ဝယ်ပေးဖို့သုံးတယ်၊ ကျန်တဲ့ပိုက်ဆံနည်းနည်းကို နောက်နေ့ ဈေးထဲမှာ ဝယ်နိုင်သလောက်ဝယ်ဖို့ သုံးတယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်ပြီ၊ ဒါဆို ဒီလိုနည်းနဲ့ပဲ နောက်ထပ်အသီးအနှံတွေဝယ်ပြီး ထပ်ရောင်း နိုင်ဖို့ လုပ်နေတာပေါ့နော်။ ဟုတ်ပြီ။ ကလေးတွေကို တစ်ယောက်တည်း အုပ်ထိန်းရတဲ့ မိခင်တစ်ယောက်ဖြစ်တာနဲ့ပတ်သက်ပြီး နည်းနည်းလောက် ရှင်းပြပေးလို့ရမလား။ ကျက်စတင်း။ အမ်... ကျွန်မ အသက် ... ၃၅ နှစ်ရှိပြီ၊ ကျွန်မ အသက် ၁၅ နှစ်မှာ ပထမဆုံး ကလေးမွေးခဲ့တယ်။ မေးမြန်းသူ။ အသက် ၁၅ နှစ်မှာလား။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်၊ ဆိုတော့ အခု ကျွန်မမှာ သားသမီး ၁၀ ယောက် ရှိတယ်၊ ဒါပေမဲ့ ကလေးတွေရဲ့ အဖေက မတူဘူး။ အဖေ ငါးယောက်ရှိတယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဟုတ်လား။ ကျက်စတင်း။ ဟုတ်တယ်။ မေးမြန်းသူ။ ဒါဆို အစ်မ အသက် ၁၅ နှစ်ပဲ ရှိသေးတဲ့အရွယ်မှာ ကလေးမွေးခဲ့တာပေါ့။ အဲ ဒါဘယ်လိုဖြစ်ခဲ့တာလဲဆိုတာ ရှင်းပြပေးလို့ရမလား။ ဒီလိုငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နဲ့ ကလေး မွေးခဲ့ရတဲ့အကြောင်းလေ။ ကျက်စတင်း။ ကျွန်မက အိမ်တွေပြည့်ကျပ်နေပြီး လူတွေအများကြီးနဲ့ ပြတ်သိပ်နေတဲ့ နေရာမှာ ကြီးပြင်းလာတာ။ ကျွန်မတို့ရွာထဲက လူငယ်တွေက... ဆေးတွေသုံးကြတယ်။ ဆေးခြောက်တွေသုံးတယ်၊ မီရောအ် သုံးတယ်လေ ... သိလား။ မေးမြန်းသူ။ (နားလည်အောင်ပြန်မေးနေ) သူတို့က ဘာသုံးတာ...။ ကျက်စတင်း။ မီရောအ်... မူးယစ်ဆေးတွေပဲ။ အဲဒီတော့ ငယ်ငယ်တုန်းက မိန်းကလေးတစ် ယောက်အနေနဲ့ ကျောင်းမတက်ခဲ့ရဘူး။ မိဘတွေကလည်း ကျောင်းထားဖို့ ပိုက်ဆံမရှိ ဘူး။ အဲဒီတော့ ကိုယ်တိုင်က အရွယ်ငယ်ငယ်လေးနဲ့ သမီးရည်းစားကိစ္စတွေ စပြီး ဖြစ်လာတယ်။ [ကောက်နုတ်ချက်ပြီးပါပြီ]	ဖြေရှင်းနိုင်ဖို့အတွက် ကလေးတွေကို ဦးစားပေး အင်္ဂလိပ်စာကို ကိုယ်ဝန် ဆောင်ခြင်း အချစ်ရေး၊ ငါးဖမ်းရေး ပတ်ဝန်းကျင် မကောင်း လူငယ်များကြား မူးယစ် ဆေးဝါး အလွဲသုံးစားမှု ငယ်စဉ်တုန်းက အချစ် ရေး၊ ငါးဖမ်း ပညာမတတ်
--	--



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၂.၃

“တွေ့ရှိချက်များ” အပိုင်းတွင် တွေ့ရှိချက်များကို မည်သို့ရွေးချယ်ဖော်ထုတ်ထားကြောင်း ပြသရန် သက်သေအထောက်အထားအနေဖြင့် အကိုးအကားများ ထည့်သွင်း၍ ဖော်ပြထားပါသည်။ “ဆွေးနွေးချက်” အပိုင်းတွင် တွေ့ရှိချက်များ၏ ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ် သို့မဟုတ် သုတေသီများ၏ တွေ့ရှိချက်များ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း တို့ပါဝင်သည်။ “ဆွေးနွေးချက်” အပိုင်းတွင် အစောပိုင်းစာအုပ်စာတမ်းများမှ တွေ့ရှိချက်များကို နှိုင်းယှဉ်ပြပြီး နောက်ထပ်သုတေသနများအတွက် အကြံပြုချက်များ ဖော်ထုတ်ကာ ထိုတွေ့ရှိချက်များ အရေးကြီးရသည့်အကြောင်းရင်းကိုလည်း ဖော်ပြထားပါသည်။



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၁

စဉ်	မေးခွန်း	အဖြေများ	ကိန်းရှင်အမျိုးအစား
၁	သင်၏ တိုင်းရင်းသားမျိုးနွယ်စုကို ဖော်ပြပါ။	_____	နာမပြု
၂	သင်၏ အိမ်ထောင်ရေး အခြေအနေကို ဖော်ပြပေးပါ။	လက်ထပ် လူလွတ် အတူနေ ပြီး မုဆိုးဖို/မ ကွာရှင်း ခွဲနေ ○ ○ ○ ○ ○ ○	နာမပြု
၃	သင်သည် လိင်စိတ်ဝိသေသ လက္ခဏာ ကွဲပြားသူ LGBTQIA+ တစ်ဦး အဖြစ် ခံယူပါသလား။	ခံယူပါသည် မခံယူပါ မဖြေဆိုလိုပါ ○ ○ ○	နာမပြု
၄	လုပ်ငန်းခွင်တွင် သင်၏ ရာထူးမှာ မည်သည့်အဆင့် အနေအထားတွင် ရှိသနည်း။	အလုပ်သင် အငယ် အလယ် လုပ်ငန်း အဆင့် တန်း အလတ်စိမ့် အကြီးတန်း ဦးဆောင် ○ ○ အုပ်ချုပ်သူ စီမံအုပ်ချုပ်သူ သူ ○ ○ ○ ○ ○	အစဉ်ပြု
၅	စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှုများ ရရှိဖူးပါသလား။	ရဖူးသည် မရဖူးပါ မဖြေဆိုလိုပါ ○ ○ ○	နာမပြု
၆	ပျမ်းမျှအားဖြင့် တစ်နေ့လျှင် သင်၏ အိပ်ချိန်မည်မျှ ရှိသနည်း။	_____	ဇယားနားချက်ပြု

စဉ်	မေးခွန်း	အဖြေများ			ကိန်းရှင် အမျိုး အစား
၇	သင်၏ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အသွင်အပြင်နှင့် ပတ်သက်၍ ယုံကြည် မှု ရှိပါသလား။	ရှိပါသည် ○	မရှိပါ ○	တစ်ခါတစ်ရံ ○	နာမပြု



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၂

၁။ နှစ်ခုလုံးသည် ခြားနားချက်ပြုကိန်း
ရှင် အမျိုးအစားများ ဖြစ်ပါသည်။

၂။ ပျမ်းမျှကိန်း (ဝင်ငွေ)။ ဒေါ်လာ
၅၉,၅၀၀
ပျမ်းမျှကိန်း (ပညာသင်နှစ်စုစုပေါင်း
ကာလ)။ ၁၀.၈
ကိန်းစဉ်တန်း (ဝင်ငွေ)။ ဒေါ်လာ
၃၀,၀၀၀ - ၈၀,၀၀၀
ကိန်းစဉ်တန်း (ပညာသင်နှစ်စုစု
ပေါင်း)။ ၆-၁၄

၃။ Pearson's r တန်ဖိုး = ၀.၉၆

၄။ ပညာသင်နှစ်စုစုပေါင်းကာလနှင့်
ပျမ်းမျှ နှစ်စဉ် ဝင်ငွေ ကြားတွင်

ခိုင်မာပြီး အပေါင်းလက္ခဏာ ဆောင်သော အပြန်အလှန် ဆက်သွယ်မှုရှိပါသည်။ r တန်ဖိုး မှာ
၁ နှင့် နီးပြီး အပေါင်းလက္ခဏာဖြစ်ပါသည် (အနုတ်လက္ခဏာမရှိပါ)။ ဆိုလိုသည်မှာ ဖြေဆို
သူများသည် ပညာပိုတတ်လေ (အနည်းဆုံး ပညာသင်နှစ်ကာလ ပိုများလေ) ဝင်ငွေပိုရရှိကြ
လေ ဖြစ်ပါသည်။

	A	B	C	D
1		ပျမ်းမျှ ဝင်ငွေ ဒေါ်လာ	ပညာသင်နှစ် စုစုပေါင်းကာလ	
2		၃၀,၀၀၀	၆	
3		၄၅,၀၀၀	၉	
4		၈၀,၀၀၀	၁၄	
5		၆၀,၀၀၀	၁၂	
6		၇၀,၀၀၀	၁၃	
7		၇၀,၀၀၀	၁၃	
8		၅၅,၀၀၀	၉	
9		၅၅,၀၀၀	၁၀	
10		၈၀,၀၀၀	၁၃	
11		၅၀,၀၀၀	၉	
12				
13	ပျမ်းမျှကိန်း	၅၉,၅၀၀	၁၀.၈	
14	အနည်းဆုံး	၃၀,၀၀၀	၆	
15	အများဆုံး	၈၀,၀၀၀	၁၄	
16	r			၀.၉၆၀၈၉၆



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၃.၃

၁။ ကလေးသူငယ်အခွင့်အရေးများ သို့မဟုတ် ကလေးသူငယ်ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရေး
ဆိုင်ရာ သင်တန်းများ တက်ဖူးသော ဖြေဆိုသူအရေအတွက်ကို တွက်ချက်ပါ။ တက်ဖူးသည် =
၆ (၆၀%)၊ မတက်ဖူးပါ = ၄ (၄၀%)

၂။ သဘောတူကြောင်း သို့မဟုတ် သဘောမတူကြောင်း ဖော်ပြထားသည့် Likert စကေး ကြိမ်နှုန်းများ ရေတွက်ပါ။

	စဉ်	%
၁ - လုံးဝသဘောတူသည်	၂	၂၀%
၂ - သဘောတူသည်	၄	၄၀%
၃ - သဘောတူသည်လည်း မဟုတ် သဘောမတူသည်လည်းမဟုတ် (ကြားနေ)	၁	၁၀%
၄ - သဘောမတူပါ	၂	၂၀%
၅ - လုံးဝသဘောမတူပါ	၁	၁၀%

၃။ သင်တန်းတက်ဖူးသူများနှင့် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းသည့်နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုသင့်သည်ဟု ၎င်းတို့သဘောတူ/မတူတို့ကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ပြသရန် နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယားတစ်ခု ရေးဆွဲပါ။ နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယားရလဒ်အရ သင်တန်းတက်ရောက်ဖူးသောဆရာ၊ဆရာမအချို့သည် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းသည့် နည်းလမ်းတစ်ခုအဖြစ် အသုံးပြုသင့်သည်ဟု သဘောတူကြပါသည်။

သင်တန်းတက်ရောက်ခြင်းနှင့် စာသင်ကျောင်းများတွင် ရိုက်နှက်ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်းကို စည်းကမ်းထိန်းသိမ်းရေး နည်းလမ်းအဖြစ် အသုံးပြုရန် သဘောတူသည့် သို့မဟုတ် သဘောမတူသည့် အခြေအနေတို့ကြား ဆက်နွှယ်မှုကို ပြသသည့် နှိုင်းယှဉ်ချက်ဇယား				
	သင်တန်းတက်ထားသော		သင်တန်း မတက်ထားသော	
	စဉ်	%	စဉ်	%
	စဉ်	%	စဉ်	%
၁ - လုံးဝသဘောမတူပါ	၁	၁၀%	၁	၁၀%
၂ - သဘောမတူပါ	၂	၂၀%	၂	၂၀%
၃ - သဘောတူသည်လည်း မဟုတ် သဘောမတူသည်လည်း မဟုတ်	၁	၁၀%	၀	၀%
၄ - သဘောတူပါသည်	၁	၁၀%	၁	၁၀%
၅ - လုံးဝသဘောတူပါသည်	၁	၁၀%	၀	၀%



လေ့ကျင့်ခန်း ၁၄.၁

အောက်ပါတို့မှာ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော/အဆိုပြုထားသော အဖြေများဖြစ်ပါသည်။ အခြားအဖြေများလည်း ဖြစ်နိုင်ခြေ ရှိပါသည်။

သင့်အနေဖြင့် အနှစ်ချုပ်စာတမ်းတစ်စောင် (စာမျက်နှာ ၂ မျက်နှာခန့်) ရေးသား၍ အဓိကတွေ့ရှိချက် များနှင့် အကြံပြုချက်များကို ကရင်လူ့အခွင့်အရေးအဖွဲ့၊ စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဒေသဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်များ စသည့် စိတ်ဝင်စားသော အဖွဲ့အစည်းများ နှင့် မျှဝေနိုင်ပါသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာကျန်းမာရေး ဝန်ဆောင်မှု ပေးသော အဖွဲ့များနှင့် တွေ့ဆုံပွဲများ ပြုလုပ်ရန် တောင်းဆိုကာ တွေ့ရှိချက်များ၊ အထူးသဖြင့် ၎င်းတို့အတွက် အကြံပြုချက်များကို မျှဝေ တင်ပြနိုင်ပါသည်။

သတင်းဆောင်းပါးတို သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးချက်တစ်စောင်ရေးသား၍ သတင်းစာ သို့မဟုတ် ဝက်ဘ် ဆိုက်သို့ ပေးပို့ခြင်း သို့မဟုတ် လူမှုကွန်ရက်မီဒီယာတွင် မျှဝေနိုင်ပါသည်။

တွေ့ရှိချက်များအပေါ်မူတည်၍ စိတ်ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ စီမံကိန်းတစ်ခု ရေးဆွဲခြင်း သို့မဟုတ် နောက်ထပ် သုတေသနများလည်း ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဝေါဟာရများ

ပညာရပ်ဆိုင်ရာစာအုပ်စာတမ်းများ (Academic literature)	စာအုပ်များအဖြစ် သို့မဟုတ် ပညာရှင်များအချင်းချင်း ပြန်လည်သုံးသပ်သည့် ဂျာနယ်များအဖြစ် ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေထားသော စာအုပ်စာတမ်းများ
စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း (Analyze)	အကြောင်းအရာတစ်ခုကို နားလည်အောင် အသေးစိတ်လေ့လာခြင်း
အမည်မဖော်ခြင်း (Anonymous)	အမည်မသိခြင်း သို့မဟုတ် အမည်မတပ်ခြင်း
အသုံးချသုတေသန (Applied research)	ရလဒ်များကို လက်တွေ့ကျသောနည်းလမ်းဖြင့် အသုံးချလိုသော သုတေသန
လေ့လာမှုနယ်ပယ် (Area of study)	ကျယ်ပြန့်သောပညာရပ်နယ်ပယ်
အခြေခံသုတေသန (Basic research)	ပို၍သိမြင်စေရန်မျှသာ ပြုလုပ်သောသုတေသန
ဘက်လိုက်ခြင်း (Bias)	လူပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာတစ်ခုကို အခြားထက်ပို၍ လိုလားခြင်းနှင့် ထိုပုဂ္ဂိုလ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာကို ပိုအခွင့်အရေးပေးခြင်း
စာစုစာရင်း (Bibliography)	စာအုပ်များနှင့် အရင်းအမြစ်များပါဝင်သောစာရင်း
အကျိုးတရားကိုဖြစ်စေခြင်း (Causation)	ကိန်းရှင်များကြား ကြောင်းကျိုးဆက်နွှယ်နေသော ဆက်စပ်မှု၊ ဆိုလိုသည်မှာ ပထမကိန်းရှင်မှ အပြောင်းအလဲကြောင့် ဒုတိယကိန်းရှင်တွင် အပြောင်းအလဲဖြစ်စေခြင်း၊ သို့သော် ဒုတိယကိန်းရှင်မှ အပြောင်းအလဲကြောင့် ပထမကိန်းရှင်တွင် အပြောင်းအလဲမဖြစ်စေပါ
အပိတ်မေးခွန်းများ (Close-ended questions)	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အဖြေများကို ကန့်သတ်ထားသော မေးခွန်းများ
ကိန်းဂဏန်းများသတ်မှတ်ခြင်း (အရေအတွက်စံပြုစိစစ်သုံးသပ်မှုတွင်) (Code (in quantitative analysis))	စကားလုံးပုံစံဖြင့် အချက်အလက်များကို ကိန်းဂဏန်းများ အဖြစ် ပြောင်းလဲသတ်မှတ်ခြင်း (ဥပမာ - အမျိုးသား = ၁ နှင့် အမျိုးသမီး = ၂)

အမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း (အရည်အသွေးစံပြုစစ်ဆေးသုံးသပ်မှုတွင်) (Coding (in qualitative analysis))	အချက်အလက်အစိတ်အပိုင်းများအတွက် အဓိကအညွှန်းစကားလုံးများ သတ်မှတ်ခြင်း
တစ်ထပ်တည်းကျမှု (Coincidence)	အကြောင်းမရှိဘဲနှင့် နှစ်ခုသို့မဟုတ် နှစ်ခုထက်ပိုသောအရာများ တစ်ချိန်တည်းပြိုင်တူဖြစ်ပေါ်ခြင်း
ကျစ်လျစ်ပြည့်စုံခြင်း (Concise)	လိုရင်းတိုရှင်းဖြစ်ခြင်း
လျှို့ဝှက်ထားရှိခြင်း (Confidential)	လျှို့ဝှက်ချက်အဖြစ်ထားခြင်း
သဘောတူညီချက် (Consent)	ခွင့်ပြုချက်/သဘောတူစာချုပ်၊ တစ်စုံတစ်ရာပြုလုပ်ရန် သဘောတူခြင်း
အငြင်းပွားဖွယ် (အကြောင်းအရာ) (Controversial (topic))	သဘောမတူညီမှုများစွာ ဖြစ်စေခြင်း
အပြန်အလှန်ဆက်နွှယ်ခြင်း (Correlation)	ကိန်းရှင်များ တစ်ခုနှင့်တစ်ခုလွှမ်းမိုးနေသော ကိန်းရှင်နှစ်ခုကြား ဆက်စပ်မှု သို့မဟုတ် ဆက်နွှယ်မှု
ဝေဖန်အကဲဖြတ်ချက် (Criticism)	အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာနှင့် ပတ်သက်၍ (ဆန့်ကျင်ဘက်ဖြစ်သော) သဘောထားအမြင်များ မျှဝေခြင်း
စားပွဲတင်သုတေသန (Desk research)	ရှိထားပြီးသား သတင်းအချက်အလက်များကို တစ်ပေါင်းတည်း စုစည်းခြင်း၊ အကျဉ်းချုပ်ခြင်းနှင့် စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း (ဆင့်ပွားသုတေသနဟုလည်း ခေါ်ဆိုပါသည်)
အသိပေးဖြန့်ဝေခြင်း (Disseminate)	မျှဝေရန်၊ ပျံ့နှံ့စေရန် သို့မဟုတ် ဖြန့်ဝေရန်
ကျင့်ဝတ်နှင့်ညီခြင်း (Ethical)	ကျင့်ဝတ်အရ သင့်တော်ခြင်း၊ နည်းလမ်းကျခြင်း၊ မှန်ကန်ခြင်း
ကျင့်ဝတ် (Ethics)	လျော်ကန်သော သို့မဟုတ် မလျော်ကန်သော အပြုအမူအဖြစ် သတ်မှတ်ထားသော အယူအဆများ
သက်သေအထောက်အထား (Evidence)	ယုံကြည်ချက်တစ်ခုသည် မှန်ကန်ကြောင်း သို့မဟုတ် ကျိုးကြောင်း ညီညွတ်ကြောင်း ပြသနိုင်သည့် သတင်းအချက်အလက် သို့မဟုတ် ဖြစ်ရပ် မှန်များ

တွေ့ရှိချက်များ (Findings)	သင်၏သုတေသနမှ “တွေ့ရှိသော” အကြောင်းအရာများ၊ ရလဒ်များ
အဆိုကြမ်း (Hypothesis)	သက်သေပြရသေးသော သီအိုရီတစ်ခုနှင့်ပတ်သက်၍ ထင်မြင်ယူဆချက်
အသိအမြင်ရှိခြင်း (Informed)	အသိပညာနှင့် နားလည်သိမြင်မှုရှိခြင်း
အသိပေးသဘောတူညီချက် (Informed consent)	သင်သဘောတူလက်ခံမည့်အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ အပြည့်အဝ နားလည်သိမြင်ပြီးမှ ထိုအရာကို သဘောတူညီခြင်း
အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း (Interpret)	အကြောင်းအရာတစ်ခု၏ဆိုလိုရင်းအဓိပ္ပာယ်ကို သင်ကိုယ်ပိုင် နားလည် သိမြင်သည့်အတိုင်း ရှင်းပြခြင်း
လေ့လာဖော်ထုတ်ခြင်း (Investigate)	သက်သေအထောက်အထားနှင့် ဖြစ်ရပ်မှန်များ ရှာဖွေခြင်း၊ လေ့လာခြင်း
စာအုပ်စာတမ်းများ (Literature)	စာအုပ်များနှင့် ဆောင်းပါးများ၊ ရုပ်သံ၊ ဓာတ်ပုံမှတ်တမ်းများ စသည်တို့ အပါအဝင် ဘာသာရပ်တစ်ခုနှင့်သက်ဆိုင်သော သတင်းအချက်အလက်များ
စာအုပ်စာတမ်းများပြန်လည် သုံးသပ်ခြင်း (Literature review)	ရွေးချယ်ထားသည့် ပညာရပ်နယ်ပယ်နှင့် သုတေသနအကြောင်းအရာနှင့် ဆက်စပ်သော စာအုပ်စာတမ်းများ ဖတ်ရှုခြင်း၊ အကျဉ်းချုပ်ခြင်းနှင့် စိစစ် သုံးသပ်ခြင်းတို့ပါဝင်သော လုပ်ငန်းစဉ်
နည်းစနစ် (Methodology)	အချက်အလက်များကောက်ယူစုဆောင်းရာတွင် အသုံးပြုသော ချဉ်းကပ် နည်းများ
နည်းလမ်းများ (Methods)	အချက်အလက်များ ကောက်ယူစုဆောင်းရန်အသုံးပြုသော နည်းတန်ဆာ ပလာများ၊ ဥပမာ - ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှုများ
ဓမ္မဓိဋ္ဌာန်ကျခြင်း (Objective)	“ကိုယ်ပိုင်ယုံကြည်ချက် သို့မဟုတ် ခံစားချက်များလွှမ်းမိုးခြင်း မရှိဘဲ အမှန် တကယ်ဖြစ်ရပ်များပေါ်တွင်သာ အခြေခံခြင်း” (ကိန်းဘရစ်ချ် အဘိဓာန်)
အဖွင့်မေးခွန်းများ (Open-ended questions)	ဖြေဆိုသူများက ၎င်းတို့ကိုယ်ပိုင်စကားလုံးအသုံးအနှုန်းများဖြင့် လွတ်လပ်စွာ ဖြေဆိုနိုင်သော မေးခွန်းများ
ပုံစံ (အချက်အလက်စိစစ်မှု) Pattern (in data analysis)	အချက်အလက်များ အဖန်ဖန်ထပ်၍/သို့မဟုတ် ကြိုတင်မှန်းဆနိုင်သော နည်းလမ်းများဖြင့် အကြိမ်ကြိမ် ထွက်ပေါ်လာခြင်းကြောင့် မြင်သာထင်ရှား လာသော အချက်အလက်များဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံ သို့မဟုတ် စုဖွဲ့ပုံ

ရှေ့ပြေးလေ့လာမှု (Pilot study)	အဓိကလေ့လာမှုမပြုလုပ်မီ သင်ရွေးချယ်ထားသော နည်းလမ်းသည် ဖြေဆိုသူများအတွက် လွယ်ကူမှုရှိမရှိစမ်းသပ်စစ်ဆေးရန် အသုံးပြုသော အသေးစားလက်တွေ့ကွင်းဆင်းလေ့လာမှု
ခိုးယူကူးချခြင်း (Plagiarism)	တစ်စုံတစ်ဦး၏ စကားလုံးများ သို့မဟုတ် စိတ်ကူးအကြံဉာဏ် အယူအဆများကို လေးစားသမှုဖြင့် ဖော်ပြခြင်းမရှိဘဲ အသုံးပြုခြင်း
လူဦးရေ (Population)	သင်လေ့လာလိုသည့်သူများ (ဥပမာ - ကျေးလက်ရခိုင်ဒေသရှိ မူလတန်းကျောင်း ဆရာဆရာမများ)
မူရင်းအချက်အလက် (Primary data)	သုတေသီဖြစ်သူ သင်ကိုယ်တိုင်တိုက်ရိုက်ကောက်ယူထားသော မူရင်းအချက်အလက်အသစ်
မူရင်းသုတေသန (Primary research)	သုတေသီကိုယ်တိုင် မူရင်းအချက်အလက်အသစ်များ တိုက်ရိုက် ကောက်ယူသည့် သုတေသန
အရည်အသွေးစံပြနည်းစနစ် (Qualitative methodology)	အခြေအနေ၊ အကြောင်းအရာကိစ္စများ သို့မဟုတ် စိတ်ကူး အကြံဉာဏ်များ၏ “အရည်အသွေး” (၎င်းတို့သည် မည်သည့်အရာများဖြစ်ပြီး မည်သည်ကို ဆိုလိုသနည်း) သိရှိလိုသည့်အခါ အသုံးပြုသော ချဉ်းကပ်နည်း
အရေအတွက်စံပြနည်းစနစ် (Quantitative methodology)	တစ်စုံတစ်ခု၏ “အရေအတွက်” (ဘယ်လောက် သို့မဟုတ် ဘယ်မျှ) သိရှိလိုသည့်အခါ အသုံးပြုသော ချဉ်းကပ်နည်း
အဆင့်သတ်မှတ်ခြင်း (Ranked)	အရေးပါမှု သို့မဟုတ် အရွယ်အစား အလိုက် စာရင်းသွင်းခြင်း
အချက်အလက်ကုန်ကြမ်း (Raw data)	မည်သည့်ပုံစံနှင့်မျှ မတည်းဖြတ်ထားသော အချက်အလက် (ဥပမာ - မေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ အဖြေများ)
အကြံပြုခြင်း (Recommend)	အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာ ပြုလုပ်ရန် အဆိုပြုခြင်း သို့မဟုတ် တိုက်တွန်းခြင်း
ကျမ်းကိုးစာရင်း (Reference list)	စာရေးသူအသုံးပြုထားသည့် အထောက်အထားအရင်းအမြစ်များ စာရင်း
ရည်ညွှန်းပြောဆိုခြင်း/ကိုးကားခြင်း (Reference/cite)	အရင်းအမြစ်တစ်ခုကို ဖော်ပြရန် သို့မဟုတ် ရည်ညွှန်းရန်
အထောက်အထားခိုင်လုံခြင်း (Reliable)	ယုံကြည်စိတ်ချနိုင်ခြင်း

ကိုယ်စားပြုနမူနာ (Representative sample)	သုတေသနပြုရန် ရည်ရွယ်ထားသည့် လူဦးရေတစ်ရပ်လုံး၏ ပင်ကို လက္ခဏာများကို ကိုယ်စားပြုသော (သို့မဟုတ် ထင်ဟပ်သော) နမူနာ
သုတေသနပြဿနာ (Research problem)	သင်၏သုတေသနလေ့လာမှုပြုလုပ်ရန် လိုအပ်သည့် အကြောင်းရင်း သို့မဟုတ် ထိုသုတေသန အကြောင်းအရာကို အလေးထား အာရုံစိုက် ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်နေကြောင်း ရှင်းလင်းချက်
သုတေသနမေးခွန်း (Research question)	သင်၏လေ့လာမှုမှ အဖြေထုတ်ပေးမည့် မေးခွန်း
သုတေသနအကြောင်းအရာ (Research topic)	ပညာရပ်နယ်ပယ်ထဲမှ အရေးကြီးကိစ္စရပ်တစ်ခု
အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (Risk)	အန္တရာယ်ရှိသော သို့မဟုတ် ဆိုးရွားသောအရာတစ်ခုခု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ခြင်း
နမူနာ (Sample)	အချက်အလက်ကောက်ယူမှုတွင် ပါဝင်သော လူအုပ်စု
နမူနာကောက်ယူခြင်း (Sampling)	သင်၏သုတေသနတွင်ပါဝင်မည့်သူများရွေးချယ်ခြင်း (သင်၏နမူနာ)
ဆင့်ပွားအချက်အလက် (Secondary data)	တစ်စုံတစ်ဦးကကောက်ယူထားပြီးဖြစ်သော အချက်အလက်များ (ဥပမာ အားဖြင့် သန်းခေါင်စာရင်းအချက်အလက်)
အကဲဆတ်သော (အကြောင်း အရာ) (Sensitive (topic))	လူအများကို အလွယ်တကူစိတ်ပျက်စေသော သို့မဟုတ် ဒေါသထွက်စေ နိုင်သော
(သတင်းအချက်အလက်) အရင်းအမြစ် (Source (of information))	သတင်းအချက်အလက်များပေးနိုင်သည့် လူပုဂ္ဂိုလ်၊ စာအုပ်၊ မှတ်တမ်း၊ ဆောင်းပါး၊ အစရှိသည်
ပုဂ္ဂလိကဓာတ်ကျခြင်း (Subjective)	တစ်ဦးတစ်ယောက်၏သဘောထားအမြင်၊ ပုဂ္ဂိုလ်ရေးဆန်ခြင်း။
ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုအရ တားမြစ်ထားသောအရာ (Taboo)	မသင့်လျော်သော သို့မဟုတ် ရှက်ဖွယ်ရာ ကိစ္စအဖြစ် လူ့အဖွဲ့အစည်းက သတ်မှတ်ထားသောကြောင့် မပြောအပ် ရှောင်ကြဉ်ရသည့်အရာ
သီအိုရီ (Theory)	အကြောင်းတစ်စုံတစ်ရာနှင့် ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြနိုင်ရန် သက်ဆိုင်ရာ အတွေးအခေါ်အယူအဆများကို ဆက်စပ်စုစည်းထားမှု

ကူးယူရေးသားခြင်း (Transcribing)	အသံဖမ်းယူမှုများကို နားထောင်၍ ကြားသည့်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း အတိအကျ ရေးချခြင်း။
ကျိုးကြောင်းဆီလျော်ခြင်း (Valid)	သက်သေအထောက်အထားပေါ် အခြေခံ၍ အကျိုးဝင်လက်ခံနိုင်ခြင်း
ကိန်းရှင် (Variable)	တိုင်းတာ၍ သို့မဟုတ် ရေတွက်၍ ရနိုင်သော ဝိသေသလက္ခဏာ၊ ကိန်းဂဏန်းများ၊ သို့မဟုတ် အရေအတွက် ပမာဏများ (သြစတေးလျ စာရင်းအင်းဌာန၊ ထုတ်ပြန်သည့်ရက်စွဲမပါ)

ကျမ်းကိုးစာရင်း

- ActionAid Myanmar. (2020). *Strengthening rural community development in Chin State, Myanmar*. <https://myanmar.actionaid.org/sites/myanmar/files/publications/Strengthening%20Rural%20Community%20Development%20in%20Chin%20State%20Myanmar.pdf>
- Australian Bureau of Statistics. (n.d.). Statistical language – what are variables? [Webpage]. <https://www.abs.gov.au/websitedbs/D3310114.nsf/home/statistical+language+-+what+are+variables#:~:text=A%20variable%20is%20any%20characteristics,can%20be%20measured%20or%20counted>.
- Cambridge Dictionary. (2022). <https://dictionary.cambridge.org/>
- Dai, R., Feng, H., Hu, J., Jin, Q., Li, H., Wang, R., Wang, R., Xu, L. & Zhang, X. (2020). *ESIEC2020 Questionnaire on the resilience of micro, small and medium enterprises under the new coronavirus outbreak (Covid-19)*. Center for Global Development. <https://www.cgdev.org/sites/default/files/coronavirus-SME-survey-instrument-english.pdf>
- Dai, R., Feng, H., Hu, J., Jin, Q., Li, H., Wang, R., Wang, R., Xu, L. & Zhang, X. (2020). *The impact of COVID-19 on small and medium-sized enterprises: Evidence from two-wave phone surveys in China*. Center for Global Development. <https://www.cgdev.org/sites/default/files/impact-covid-19-small-and-medium-sized-enterprises-evidence-china.pdf>
- Davies, C. (2020). *A quick guide to quantitative research in the social sciences*. University of Wales Trinity Saint David. <https://repository.uwtsd.ac.uk/id/eprint/1540/>
- Dawson, C. (2002). *Practical research methods: A user-friendly guide to mastering research techniques and projects*. How To Books. <https://b-ok.africa/book/449067/0eae06>
- Denscombe, M. (2010). *The good research guide for small-scale social research projects* (4th ed.). Open University Press. <https://b-ok.africa/book/1179394/d12524>

- Elderink, M. (2016, February 13). *Semi-structured interviewing as a Participatory Action Research method*. [Video]. YouTube. <https://youtu.be/cGQz8hZQ8fU>
- Eisen, A. (2014, June 24). *Research 101: Searching is strategic*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=4CHKYaJkuO0>
- Ellsberg, M. & Heise, L. (2005). Tools for collecting qualitative data. In *Researching violence against women: A practical guide for researchers and activists*. World Health Organization, PATH. https://path.azureedge.net/media/documents/GBV_rvaw_ch9.pdf
- Fielding-Miller, R., Misi, Z., Adams, D., Baral, S. & Kennedy, C. (2014). “There is hunger in my community”: a qualitative study of food security as a cyclical force in sex work in Swaziland. *BMC Public Health*, 14(79). <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-79>
- Fishbein, E., Aung Lamung & Hkun Lat. (2020, August 15). In Myanmar’s largest jade mining town, the semi-precious stone prized by Chinese costs more than money. *Pulitzer Center*. <https://pulitzercenter.org/stories/myanmars-largest-jade-mining-town-semi-precious-stone-prized-chinese-costs-more-money>
- Frost, J. (2022). Statistics by Jim. [Website]. <https://www.statisticsbyjim.com/>
- Gender Equality Network. (2015). *Behind the Silence: Violence against women and their resilience - Myanmar*. <https://www.burmalibrary.org/en/behind-the-silence-violence-against-women-and-their-resilience-myanmar-briefing-paper-english>
- Google Scholar. “Search tips”. <https://scholar.google.com/intl/en/scholar/help.html>
- Kawasaki, A., Kawamura, G., & Win Win Zin. (2020). A local level relationship between floods and poverty: A case in Myanmar. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 42. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2019.101348>
- Kiteley, R. & Stogdon, C. (2014). Chapter 1 What is a literature review? In *Literature Reviews in Social Work*. Sage. https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/58106_Kiteley_&_Stogdon.pdf

- Kumar, R. (2011). *Research methodology: A step-by-step guide for beginners*. Sage. <https://b-ok.africa/book/2647081/5d2269>
- Löfgren, K. (2015, August 13). *How to create figures in Excel: Survey/questionnaire results/data / APA Style graphs*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=DjDaNnLYT3s>
- McKenna-Plumley, P., Graham-Wisener, L., Berry, E. & Groarke, J.M. (2021). Connection, constraint and coping: A qualitative study of experiences of loneliness during the COVID-19 lockdown in the UK. *PLoS ONE*, 16(10). <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0258344#sec002>
- Anonymous. (2020). *Lack of recognition of indigenous people's customary land tenure: Experiences and opinions on the land law reform in Kayah (Karenni) State*. Thabyay Education Foundation.
- Anonymous. (2019). *From margin to center: Experiences of political and social marginalization of ethnic minorities in Karenni State*. Friedrich Ebert Stiftung Myanmar Office. <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15641.pdf>
- O'Connor, H. & Gibson, N., (2003). A step-by-step guide to qualitative data analysis. *Pimatiziwin: A Journal of Aboriginal and Indigenous Community Health*, 1(1), 63-90. https://www.researchgate.net/publication/292432218_A_Step-By-Step_Guide_To_Qualitative_Data_Analysis
- Open Society Institute – Network Women's Program. (n.d.). *To look at life through women's eyes: Women's oral histories from the former Soviet Union*. <https://www.opensocietyfoundations.org/uploads/a5356dd2-53a1-4b28-82f9-8a6021d5068a/OHBooklet.pdf>
- Purdue University. (n.d.). Purdue Online Writing Lab. <https://owl.purdue.edu/owl/>
- Thawngmung, A. (2016). The Myanmar elections 2015: Why the National League for Democracy won a landslide victory. *Critical Asian Studies* 48(1), 132–142. <https://doi.org/10.1080/14672715.2015.1134929>

The University of Kansas. (n.d.). *Chapter 36, Section 2. Community-based participatory action research*. Community Toolbox. <https://ctb.ku.edu/en/table-of-contents/evaluate/evaluation/%E2%80%8Cintervention-%E2%80%8Cresearch/main>

Anonymous. (2019). *Public trust in the Myanmar Police Force: Exploring the influencing factors*. Friedrich Ebert Stiftung Myanmar Office. <http://library.fes.de/pdf-files/bueros/myanmar/15643.pdf>

Ulla, M. B. (2018). In-service teachers' training: The case of university teachers in Yangon, Myanmar. *Australian Journal of Teacher Education*, 43(1), 66–77. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1169154.pdf>

USCLibraries. (2022). Organizing your social sciences research paper. 11. Citing sources. *Research Guides*. <https://libguides.usc.edu/writingguide/citingsources>

Utah Humanities / Utah Division of State History. (2016). Introduction to Oral History: For Joint Oral History Grant Program. <https://utahhumanities.org/images/centerinitiatives/docs/OH.UDSH-UH.HowToConductOralHistoryInfo.pdf>

Verdinelli, S. & Scagnoli, N. I. (2013). Data display in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 12(1), 359-381. <https://doi.org/10.1177/160940691301200117>

Waterfield, J. (2018). Interviewer bias. In B. B. Frey (Ed.), *The Sage encyclopedia of educational research, measurement and evaluation*. Sage.

နောက်ဆက်တွဲများ

နောက်ဆက်တွဲ ၁။ မေးခွန်းများတည်ဆောက်ရာတွင် အသုံးပြုရန်ဇယား

သုတေသနမေးခွန်း	မည်သည်ကို သင်သိရှိလိုသနည်း။	ဖြေဆိုသူများအတွက် အဓိကမေးခွန်း	ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော နောက်ဆက်တွဲ မေးခွန်းများ

နောက်ဆက်တွဲ ၂။ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းခြင်းနှင့် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်းလမ်းညွှန် (ပုံစံ)

- မေးမြန်းမည့်သူများ/ပံ့ပိုးကူညီပေးမည့်သူများကိုမိတ်ဆက်ပေးပြီးနောက်ခံအကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်သည့် အချက်အလက်များ ရှင်းပြပါ။
- ပါဝင်ဖြေဆိုပေးသူများအား ကျေးဇူးတင်စကားပြောဆိုပါ။
- လေ့လာမှုပြုလုပ်ရခြင်းရည်ရွယ်ချက်ကိုရှင်းပြပါ။
- ဖြေဆိုသူများ၏ အခွင့်အရေးများ အကြောင်း ရှင်းပြပေးပြီး အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံများ ပေးအပ်ပါ။

ဆွေးနွေးရန် အကြောင်းအရာများ	အဓိက မေးခွန်းများ	နောက်ဆက်တွဲမေးခွန်းများ

နောက်ဆက်တွဲ ၃။ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ခြင်းပုံစံ

က။ သုတေသီများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ်အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
က၁	သင်သည် သင်နှင့်မရင်းနှီးသော ဒေသတစ်ခုတွင် အချက်အလက် ကောက်ယူမည်လား။			
က၂	သင်သည် ဒေသတွင်းတည်ငြိမ်မှု မရှိသောနေရာတွင် အချက် အလက် ကောက်ယူမည်လား။			
က၃	နိုင်ငံရေးအကဲဆတ်သော အကြောင်းအရာနှင့် ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည် လား။			
က၄	ယဉ်ကျေးမှုအရ ခွင့်မပြုသည့် အကြောင်းအရာနှင့်ပတ်သက်၍ အချက်အလက် ကောက်ယူမည် လား။			
က၅	တစ်ယောက်တည်း အချက် အလက် ကောက်ယူမည်လား သို့မဟုတ် အချက်အလက် ကောက်ယူမည့် ဒေသတွင် တစ်ယောက်တည်း နေထိုင်မည် လား။			
က၆	သင်ခရီးသွားရာတွင် အန္တရာယ် ဖြစ်နိုင်ခြေများ (လမ်းပိတ်ဆို့မှု များ၊ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး အခြေအနေ မကောင်းခြင်း၊ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု၊ လုံခြုံရေး) ရှိနေပါသလား။			
က၇	သင်ရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံရနိုင်သည့် အခြား အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ရှိနေပါသလား။			

ခ။ ဖြေဆိုသူများအတွက် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ				
စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ်အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၁	သင်၏ ဖြေဆိုသူများသည် ကလေးသူငယ်များ (၁၈ နှစ် အောက်) သို့မဟုတ် အသိပေး သဘောတူညီချက် အပြည့်အဝ မပေးနိုင်သူများ ဖြစ်ပါသလား။			
ခ၂	၎င်းတို့ပါဝင်ရန် သဘောမတူမီ သုတေသနအကြောင်း အပြည့် အစုံ သင်ရှင်းပြပေးမည်လား။			
ခ၃	ဖြေဆိုသူများ အမည် မဖော်ပြဘဲ ထားမည်လား။			
ခ၄	သင်၏ အချက်အလက် ကောက် ယူမှုတွင် အကြမ်းဖက်မှု၊ ရုပ်ပိုင်း သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများ၊ မူးယစ်ဆေး သို့မဟုတ် အရက် သုံးစွဲမှု၊ ပြစ်မှု မြှောက်သော လုပ်ရပ်၊ သို့မဟုတ် လိင်စိတ်တိမ်းညွတ်မှုတို့ ကဲ့သို့ အကဲဆတ်သော အကြောင်း အရာများ ပါဝင်ပါသလား။			
ခ၅	သင်၏အချက်အလက် ကောက် ယူမှုတွင် ဖြေဆိုသူများ၏ တရား မဝင် လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ပတ် သက်နေမှု အကြောင်း သတင်း အချက်အလက် ပါဝင်နိုင်ပါ သလား။			

စဉ်	မေးခွန်း	ဟုတ်သည်/ မဟုတ်ပါ	အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ (နည်း၊ အလယ်အလတ်၊ များ)	ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်း
ခ၆	သင်၏အချက်အလက် ကောက် ယူမှုတွင် ဆိုးဝါးသော အမှတ်ရ စရာများအကြောင်း ပြောဆို ဆွေးနွေးခြင်း သို့မဟုတ် စဉ်းစား ရခြင်းတို့ ပါဝင်နိုင်ပါသလား။			
ခ၇	သင်၏အချက်အလက် ကောက် ယူမှုတွင် အစိုးရပိုင်း သို့မဟုတ် အခြား အဖွဲ့အစည်းများကို ဝေဖန်ချက်များ ပါဝင်နိုင်ပါ သလား။			
ခ၈	သင်၏အချက်အလက် ကောက် ယူမှုကြောင့် ဖြေဆိုသူများကြား ပဋိပက္ခဖြစ်ပွားစေနိုင်ပါသလား။			
ခ၉	အချက်အလက်များကို လျှို့ဝှက် ထားရှိမည်လား။			
ခ၁၀	အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းထားမည်လား။			
ခ၁၁	ဖြေဆိုသူများအနေဖြင့် သင်၏ သုတေသနစီမံကိန်းတွင် ပါဝင် ခြင်း ကြောင့် ၎င်းတို့၏ နေ့စဉ် ဘဝ သို့မဟုတ် လုပ်ငန်းခွင် တွင် အခြား အန္တရာယ် ကျရောက်နိုင် ပါသလား။			

နောက်ဆက်တွဲ ၄။ အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံ

အသိပေးသဘောတူညီချက်ပုံစံ

သုတေသနခေါင်းစဉ်။

သုတေသီအမည်(များ)။

ကျောင်း/အဖွဲ့အစည်းအမည်။

အိမ်မေးလ်လိပ်စာ။

ဖုန်းနံပါတ်။

အောက်ပါသတင်းအချက်အလက်များကို ကျေးဇူးပြု၍ ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှုပါ။ ထို့နောက် ဤလေ့လာမှုတွင် ပါဝင်ရန် သဘောတူပါက အောက်တွင် လက်မှတ်ရေးထိုးပါ။

ကျေးဇူးပြု၍ ဟုတ်ပါသည် သို့မဟုတ် မဟုတ်ပါ တစ်ခုကိုသာ အမှန်ခြစ်ပေးပါ။

		ဟုတ်ပါသည်	မဟုတ်ပါ
၁	ကျွန်ုပ်သည် ဤသုတေသန စီမံကိန်းအကြောင်း သတင်းလွှာကို ဂရုတစိုက်ဖတ်ရှုပြီး၍ သုတေသန ရည်ရွယ်ချက်ကိုလည်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၂	ကျွန်ုပ်၏ပါဝင်မှုသည် ဆန္ဒအလျောက်သာဖြစ်၍ အကြောင်းပြချက်ပေးရန်မလိုဘဲ ဖြေဆိုမှုကို အချိန်မရွေးရပ်တန့်နိုင်ခွင့်ရှိကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၃	ကျွန်ုပ်သည် မေးမြန်းမှုကို မှတ်တမ်းတင်ထားရန် (အသံဖြင့်သာ) ခွင့်ပြုပါသည်။		
၄	တွေ့ဆုံမေးမြန်းရာတွင် ကျွန်ုပ်ပြောဆိုသောအချက်များကို စီမံကိန်းတွေ့ရှိချက်များ ရေးသားရာတွင် အသုံးပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၅	သုတေသနအစီရင်ခံစာတွင် ကျွန်ုပ်၏ပြောစကားများကို ကိုးကားဖော်ပြနိုင်သည်ကို နားလည်သိရှိပါသည်။		
၆	သုတေသနအစီရင်ခံစာ (ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေ၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် ဖြန့်ဝေမည့်) တွင် ကျွန်ုပ်အမည်ကို အသုံးပြုရန် သဘောတူပါသည်။		
၇	ကျွန်ုပ်၏ အချက်အလက်များကို လုံခြုံစွာထားရှိ၍ သုတေသီများသာ ထိုအချက်အလက်များ ကို အသုံးပြုခွင့်ရှိကြောင်း နားလည်သိရှိပါသည်။		
၈	ဤသုတေသနတွင် ပါဝင်ရန် ကျွန်ုပ်သဘောတူပါသည်။		

အမည်။

လက်မှတ်။

ရက်စွဲ။

နောက်ဆက်တွဲ ၅။ အချက်အလက်ကောက်ယူရာတွင် စစ်ဆေးရန် စာရင်း

- စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာ၊ တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှုလမ်းညွှန် သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်းလမ်းညွှန်တို့ကို ပြင်ဆင်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- အချက်အလက်ကောက်ယူမည့်ကာလအတွက် အချိန်အလုံအလောက် စီစဉ်သတ်မှတ်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုတစ်ခုပြုလုပ်ထားပြီး ဖြစ်သည် (အခန်း ၈။ ရှေ့ပြေးလေ့လာမှုပြုလုပ်ခြင်းကို ကြည့်ပါ)။
- ပုံနှိပ်ထုတ်ရန်၊ မိတ္တူကူးရန်၊ ခရီးသွားလာရန် သို့မဟုတ် အခြားကိစ္စများအတွက် ငွေကြေးနှင့် အရင်းအမြစ်များ အလုံအလောက် ရှိပါသည်။
- အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ချက် ပြုလုပ်ပြီး ဖြစ်ပါသည် (အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များ နှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ကို ကြည့်ပါ)။
- ကျွန်ုပ်၏အကြောင်းနှင့် ကျွန်ုပ်၏သုတေသနစီမံကိန်း အကြောင်း ယုံကြည်မှုရှိရှိ မိတ်ဆက်ရှင်းပြနိုင်ပါသည်။
- အချက်အလက်ကောက်ယူမည့်နေရာဒေသများ၏ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အကြောင်းအရာများကို ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်မှုရှိပြီး ဒေသခံများနှင့် အဆက်အသွယ်ရရှိထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- သုတေသနလူဦးရေသတ်မှတ်ပြီးဖြစ်၍ နမူနာရွေးချယ်ရန် အစီအစဉ်ချမှတ်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- တစ်ဦးချင်းမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဦးတည်အုပ်စုဖွဲ့ဆွေးနွေးမှု (အသုံးပြုလျှင်) အသံဖမ်းယူထားရန်နှင့် မှတ်စုရေးချရန် ပြင်ဆင်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှု သို့မဟုတ် ဆွေးနွေးရာတွင် ပံ့ပိုးကူညီနိုင်မှု (အသုံးပြုလျှင်) စွမ်းရည်များကို လေ့ကျင့်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ (အသုံးပြုလျှင်) မိတ္တူအလုံအလောက်ကူးယူထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- ဖြေဆိုသူ သဘောတူညီချက်ပုံစံများ (အခန်း ၁၁။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများ ကို ကြည့်ပါ) ပြင်ဆင်ထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။
- ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော အခက်အခဲ စိန်ခေါ်မှုများနှင့် ၎င်းတို့ကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရန်နည်းလမ်းများကိုလည်း စဉ်းစားထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲ ၆။ သုတေသနအစီရင်ခံစာ နမူနာအကြမ်းဖော်ပြချက်

၁။ နိဒါန်း

[နောက်ခံအခြေအနေနှင့် သုတေသနပြဿနာရပ်အကြောင်း မိတ်ဆက်ရှင်းပြပါ။ သုတေသန မေးခွန်းဖြင့် အဆုံးသတ်ပါ။]

၂။ သီအိုရီပိုင်းဆိုင်ရာနောက်ခံအကြောင်း/စာအုပ်စာတမ်းများလေ့လာသုံးသပ်ချက်

[လေ့လာမည့်အကြောင်းအရာ၏ နောက်ခံအပြည့်အစုံကို ဖော်ပြနိုင်ရန် စာအုပ်စာတမ်းများ လေ့လာချက်မှ သင်ယူရရှိသောအရာများကို တစ်ပေါင်းတည်းစုစည်းအကျဉ်းချုပ်ပါ။]

၃။ သုတေသနနည်းစနစ်

[ခေါင်းစဉ်ခွဲတစ်ခုစီအောက်တွင် သင်၏သုတေသနစီမံကိန်းပြုလုပ်ရာတွင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ သည့် လုပ်ငန်း အဆင့်များကို ဖော်ပြပါ။]

၃.၁။ သုတေသနနည်းလမ်း

၃.၁.၁။ သုတေသနနည်းလမ်းအကောင်အထည်ဖော်ခြင်း

၃.၂။ သုတေသန နမူနာနှင့် နမူနာကောက်ယူခြင်း

၃.၃။ သုတေသန လုပ်ငန်းစဉ်

၃.၄။ သုတေသနကျင့်ဝတ်များနှင့် အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများသုံးသပ်ခြင်း

၃.၅။ အချက်အလက်များ စိစစ်သုံးသပ်ခြင်း

၄။ သုတေသနတွေ့ရှိချက်များ/ရလဒ်များ

[အဓိကသုတေသနဦးတည်ချက်ခေါင်းစဉ် သို့မဟုတ် အကြောင်းအရာအလိုက် တွေ့ရှိချက် များ တင်ပြပါ။]

၅။ သုတေသန ဆွေးနွေးချက်၊ သုံးသပ်ချက်နှင့် အကြံပြုချက်များ

[သင်၏တွေ့ရှိချက်များကို လက်ရှိစာအုပ်စာတမ်းများနှင့်သီအိုရီပိုင်းဆိုင်ရာ နောက်ခံလေ့လာမှု ဘောင်အတွင်းမှ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆို၍ ဆွေးနွေးတင်ပြပါ။ လေ့လာမှုကန့်သတ်ချက်များကို ထည့်သွင်းဖော်ပြပါ။ အဓိက သုံးသပ်ချက်များနှင့် အကြံပြုချက်များဖြင့် အဆုံးသတ်ပါ။ ။

၅.၁။ သုတေသနတွေ့ရှိချက်များဆွေးနွေးချက်

၅.၁.၁။ လေ့လာမှုအကဲဖြတ်ချက်/ကန့်သတ်ချက်များ

၅.၂။ သုတေသနသုံးသပ်ချက်နှင့် အကြံပြုချက်များ

ကျမ်းကိုးစာရင်း

[သင်၏အစီရင်ခံစာတွင် ကိုးကားထားသည့် အရင်းအမြစ်များအားလုံး စာရင်းကို ဖော်ပြပါ။ ။

နောက်ဆက်တွဲများ

[ဤကဏ္ဍသည်စိတ်ကြိုက်ရွေးပိုင်ခွင့်ရှိပြီး မေးမြန်းမှုလမ်းညွှန်များ၊ စစ်တမ်းမေးခွန်းလွှာများ၊ အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေ ဆန်းစစ်အကဲဖြတ်ချက်များ၊ အစရှိသည်တို့ ထည့်သွင်းနိုင်ပါသည်။ ။

[illegible]

[illegible]

သုတေသနစီမံကိန်းများမိတ်ဆက်

မြန်မာနိုင်ငံတွင် သုတေသနလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဆိုင်ရာ
အထောက်အကူပြုလမ်းညွှန်

